

<中学校>

主体的に動きを高めようとする生徒を育てる保健体育科学習指導  
ービルドアップタイムを位置づけた学習活動を通してー

# 目次

<b>1 主題設定の理由</b>	<b>1-2</b>
(1) 教育の動向から	1
(2) 生徒の実態・これまでの実践から	1-2
<b>2 主題・副主題について</b>	<b>2-3</b>
(1) 主題の意味	2
(2) 副主題の意味	2-3
<b>3 研究の目標</b>	<b>3</b>
<b>4 研究の仮説</b>	<b>3</b>
<b>5 研究の具体的構想</b>	<b>4-5</b>
(1) 主題解明の方途	4-5
(2) 研究構想図	5
(3) 仮説検証の方途	5
<b>6 研究の実際と考察</b>	<b>6-30</b>
(1) 【検証授業Ⅰ】第2学年(E 球技 ア ゴール型 「バスケットボール」)	6-18
(2) 【検証授業Ⅱ】第2学年(B 器械運動 ア マット運動)	19-30
<b>7 研究のまとめ</b>	<b>30-31</b>
<b>8 研究の成果と課題</b>	<b>32</b>
(1) 成果	32
(2) 課題	32
引用・参考文献	33
おわりに	34

主体的に動きを高めようとする生徒を育てる保健体育科学習指導  
—ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を通して—

長期派遣研修員 朝倉市立比良松中学校 教諭 高倉 悠

## 1 主題設定の理由

### (1) 教育の動向から

経済協力開発機構（OECD）は、子供たちが2030年以降の社会で持続可能な未来を切り拓くために必要な資質・能力を検討し、令和元年5月に「Learning Compass 2030」を公表した。この指針の仮訳「OECDラーニング・コンパス（学びの羅針盤）2030」では、学習の枠組みを「生徒が教師の決まりきった指導や指示をそのまま受け入れるのではなく、未知なる環境の中を自力で歩みを進め、意味のある、また責任意識を伴う方法で、進むべき方向を見出す」と示し、生徒に能動的な姿勢を育む必要性を強調している。すなわち、生徒が自己の学習を方向づけ、主体的に調整する力の育成が求められている。また、文部科学省「学習指導要領の趣旨の実現に向けた個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実に関する参考資料」（令和3年3月）は、主体的な学びを「学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しをもって粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる」と定義している。これは「主体的・対話的で深い学び」の実現には、生徒が自己の学びを調整する力が不可欠であることを示している。

これらを踏まえると、保健体育科では技能習得にとどまらず、3つの資質・能力をバランスよく育成するために、課題に応じて学習方法を選択・調整する力が求められると言える。したがって、「自己調整学習」の視点から授業改善を図り、生徒が主体的に動きを高めようとする指導の在り方を明らかにすることは、大変意義深い。

### (2) 生徒の実態・これまでの実践から

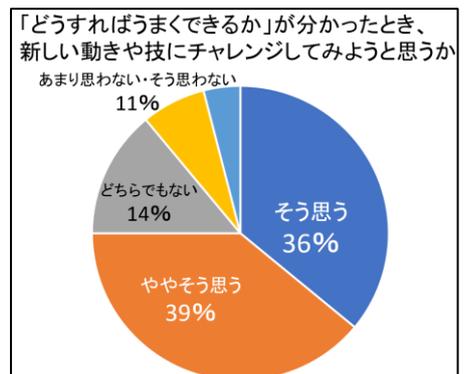
本校第2学年2組の生徒30名を対象に、体育の授業に関するアンケートを実施した。その結果、「体育の授業で、進んで学習に参加できているか」では86%、「目標を設定することができているか」では82%が肯定的な回答であった。一方で、「目標を達成するために課題の解決方法を考えることができているか」では「よくできている」、「少しできている」と68%が回答し、若干低い数値となった。また、否定的な回答「あまりできていない」、「できていない」に注目すると、目標達成に向けた課題の解決方法を考えることに至っていない生徒が21%存在していることが分かった

【表1】。さらに、『「どうすればうまくできるか」が分かったとき、新しい動きや技にチャレンジしようと思うか」という質問に対しては、25%が「どちらでもない」、「あまり思わない」、「思わない」と回答した【図1】。これらの結果から、課題解決の方法を理解していても、それを行動に移すことに躊躇する生徒や、目標から活動への具体的な見通しを立てることができない生徒が一定数いると考えられる。

私のこれまでの実践を振り返ると、楽しみながら技能を高められるように、チーム対抗形式のゲームを取り入れたり、達成感を味わえる段階的な技能課題を設定したりするなど、活動の工夫を行ってきた。一方で、活動量や進度を優先するあまり、生徒一人一人が自らの課題に向き合い、課題解決に向けて思考する時間を十分に確保できていなかった。その結果、振り返りにおいて「シュートが全然入らなかった」、「パスがつながって

【表1 実態調査アンケート結果】

(すべての質問の文頭に「体育の授業で」が入る)	否定的な回答割合
進んで学習に参加できてるか	4%
目標を設定できているか	10%
目標を達成するために課題解決の方法を 考えることができているか	21%



【図1 アンケート結果】

よかった」といった取り組みの結果のみに関する記述が多く、生徒が「できた」、「できなかった」要因を分析し、よりよい動きへとつなげようとする姿は多く見られなかった。

したがって、これからの体育授業においては、目標設定や課題解決の方法を考え、自ら学習の進め方を調整する力の育成が重要であると考え、本主題を設定した。

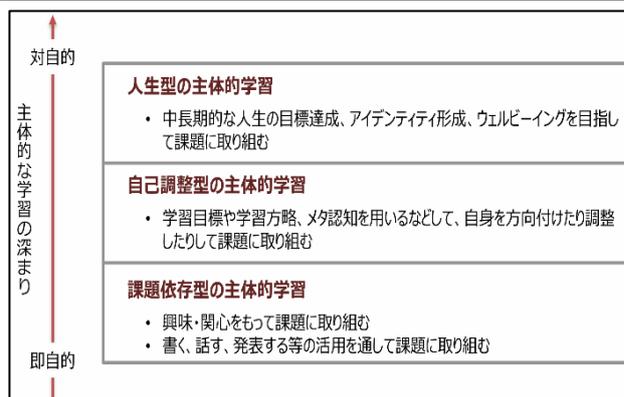
## 2 主題・副主題について

### (1) 主題の意味

#### 「主体的に動きを高めようとする」について

「主体的に動きを高めようとする」とは、課題解決への見通しを立て、試行錯誤しながら運動に取り組み、振り返りを通して次の学習に活かそうとすることである。

溝上(2017)は、「主体性」を「行為者(主体)から対象(客体)へとすすんで働きかけるさま」とした上で、「主体的な学習」を「行為者(主体)が課題(客体)にすすんで働きかけて取り組まれる学習のこと」と定義している。また、その性質を「課題依存型の主体的学習」、「自己調整型の主体的学習」、「人生型の主体的学習」の3つに分類している。その中の1つである「自己調整型の主体的学習」について、「学習目標や学習方略、メタ認知を用いるなどして、自身を方向づけたり調整したりして課題に取り組む」と示している【図2】。



【図2 主体的な学習スペクトラム】

ジーマーマン(2005)は、自己調整を「パフォーマンスに影響を及ぼし、循環的に相互作用していく認知、行動、動機付けのプロセス」と定義し、運動学習において、「予見」、「遂行」、「自己内省」の3段階から成る循環的な学習プロセスとして示している。これらの段階が相互に関連し循環することで、目標の更新や方略の修正が行われるとしている。

これらのことから、本研究における「主体的に動きを高めようとする」とは、「課題を設定し、解決方法の見通しを立てる『計画力』を持つ生徒」、「課題解決に向け、試行錯誤しながら運動に取り組む『実行力』を持つ生徒」、「学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かす『評価力』を持つ生徒」のことで捉える【表2】。

【表2 主体的に動きを高めようとする生徒の姿】

計画力	課題を設定し、解決方法の見通しを立てることができる生徒
実行力	課題解決に向け、試行錯誤しながら運動に取り組むことができる生徒
評価力	学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かすことができる生徒

### (2) 副主題の意味

#### ア 「ビルドアップタイム」について

「ビルドアップタイム」とは、「学び方」の視点から、課題解決への見通しを立て、学習内容と方法を調整したり、学習の成果や課題を共有したりする活動である。

生徒が単に活動を選ぶのではなく、学習の途中で立ち止まり、課題解決に向けて学習内容と方法を再検討し、必要に応じて再計画へつなげられるようにするため、単元の各段階のねらいに応じてビルドアップタイムを位置づける【表3】。本研究では、ビルドアップタイムで生徒が検討する視点を、「何を」、「どのように」、「どの程度の時間をかけて」とし、「学び方」として整理する【表4】。ビルドアップタイムを通して、生徒が自ら学習内容と方法を調整することで、学習を主体的に方向づけていくことができると考える。

【表3 ビルドアップタイムのねらい】

段階	ねらい	内容
つかむ (ビルドアップタイム①)	課題解決への見通しを具体的に立てることができるようにする	ビルドアップシート (学習計画)作成
目指す (ビルドアップタイム②)	理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるようにする	アンケートによる 「学び方」の可視化
活かす (ビルドアップタイム③)	学習を振り返り、成果や課題を共有できるようにする	交流活動

【表4 「学び方」の視点】

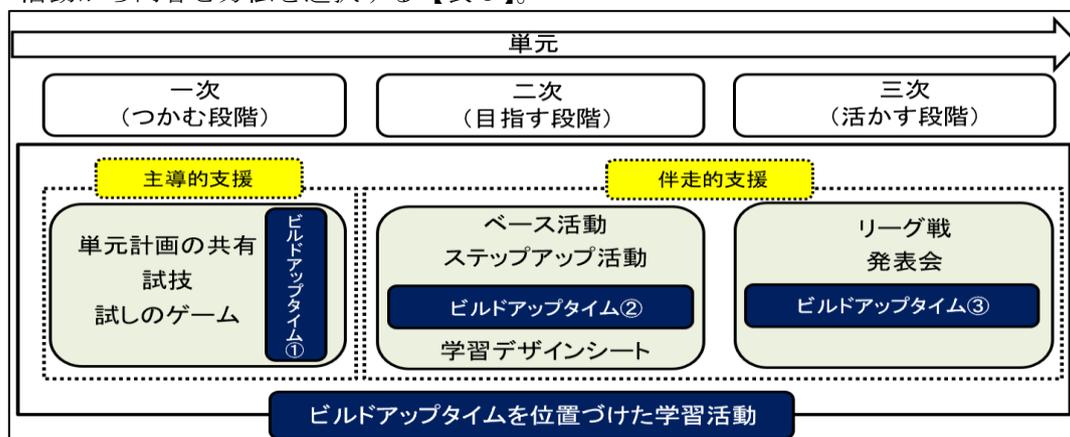
「学び方」の視点	
何を	内容・課題
どのように	学習形態 学習環境
どの程度の時間をかけて	学習の進度 課題の修正

### イ 「ビルドアップタイムを位置づけた学習活動」について

「ビルドアップタイムを位置づけた学習活動」とは、単元を「つかむ」、「目指す」、「活かす」の3段階で構成し、各段階のねらいに応じたビルドアップタイムを設定することである。

本研究では、単元を「つかむ」、「目指す」、「活かす」の3段階で構成する。つかむ段階では、課題を把握し、見通しを立てることをねらいとし、単元計画を共有したうえで、試技やタスクゲームを通して現状を捉える。ここでビルドアップタイム①を設定し、ビルドアップシートを用いて「何を」、「どのように」、「どの程度の時間をかけて」の視点から学習計画を作成する。目指す段階では、①の計画に基づき主体的に活動を進める。2つの活動に取り組みながら内容と方法を振り返り、根拠をもって計画を修正できるようビルドアップタイム②を設定する。理解度や習得状況を同じ3視点で、アンケートにより可視化し、計画の再調整を行う。また、学習デザインシートで他者と課題を共有し、協働的に取り組む場を設ける。活かす段階では、身に付けた力を実践や発表の場で活用することをねらいとし、リーグ戦や発表会を行う。ビルドアップタイム③では、演技やプレー後に、よさや工夫を言葉にして伝え合う「称賛」と、次の学習に活かすための気付きや改善点を確かめ合う「対話」を行う。ここでは「何を」、「どのように」の2視点から成果や気付きを振り返り、他者と共有する。

このように、各段階のねらいに応じてビルドアップタイムを設定する【図3】。なお、目指す段階では、自己の課題に応じて、基礎的な技能を習得するベース活動と、それを応用・発展させるステップアップ活動から内容と方法を選択する【表5】。



【図3 単元におけるビルドアップタイムの位置づけ】

【表5 2つの活動内容】

項目	ベース活動	ステップアップ活動
活動	基礎的な技能を習得するための活動	応用・発展のための探究的な活動
内容	基本技能を繰り返し練習する	基本技能を活用して連携や構成を試す

### 3 研究の目標

保健体育科学習において、主体的に動きを高めようとする生徒を育てるために、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動の有効性について究明する。

### 4 研究の仮説

保健体育科学習において、「ビルドアップタイムを位置づけた学習活動」を行えば、主体的に動きを高めようとする生徒を育てることができるであろう。

## 5 研究の具体的構想

### (1) 主題説明の方途

#### ア ビルドアップタイムの具体

##### (7) ビルドアップタイム①（ビルドアップシート）

ビルドアップシートとは、学習計画や振り返りを通してビルドアップタイム①・②での「学び方」を可視化し、学習の調整や再計画を行うためのシートである【資料1】。つかむ段階で明らかになった課題を基に、ビルドアップタイム①では、目指す段階での学習計画を作成する。また、学習デザインシートの達成状況と関連づけながら、現時点の課題に応じて計画を修正する。ビルドアップシートを活用することで、生徒は学習状況を客観的に把握し、自分の理解度や習得状況に応じて活動を選択・調整できるようにする。



【資料1 ビルドアップシート】

##### (4) ビルドアップタイム②（アンケートによる「学び方」の可視化）

ビルドアップタイム②では、学習の理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるようにするために、ロイロノートを用いたアンケートを実施し、全員の回答をその場で即時に可視化する。生徒は、次時に向けた行動を具体的に構想できるよう、アンケートを通して自らの学習を「何を」、「どのように」、「どの程度の時間をかけて」の3視点から振り返る【表6】。さらに、学級全体の傾向や他者との違いを客観的に把握できるようにするために、可視化された回答結果を参考にして、自己の学習計画の修正や方法の調整につなげることができるようにする。

【表6 ビルドアップタイム②質問項目】

「学び方」視点	項目	ねらい
何を	・計画通りに学習を進めることができたか (選択)	自己評価を行い、順調であれば計画に沿って学習を行い、計画通りであれば修正点を確認する
	・課題解決に沿った練習になっていたか (選択)	必要があれば、新しい課題や練習内容の見直しを行う
	・次の練習ではどのようなことを意識するか (記述)	次の授業で意識するポイントを言語化する。具体的な行動目標をもって次の学習に臨む
どのように	・その練習はどのように「誰と」行うか (選択)	自己の練習に合う学習形態の見直しを行う
	・次の練習では何を活用するか (選択)	学習資源の活用方法を予め決めておく
どの程度の時間をかけて	・今の課題にどの程度の時間をかけるか (選択)	現在の課題解決に見直しを立て、学習時間の調整を行う

##### (4) ビルドアップタイム③（交流活動）

活かす段階では、リーグ戦や発表会での成果を基に学習内容や方法を共有するために、ビルドアップタイム③として交流活動を設定する。交流では、作戦ボードやゲーム映像を用いた対話活動、仲間の良い動きを称賛し合う活動を行う。これにより、ゲームや発表会での具体的な場面を手掛かりに自己の学習成果を整理し、相互に意見を交換しながら気づきや改善点を広げていくことができるようにする。

#### イ 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫

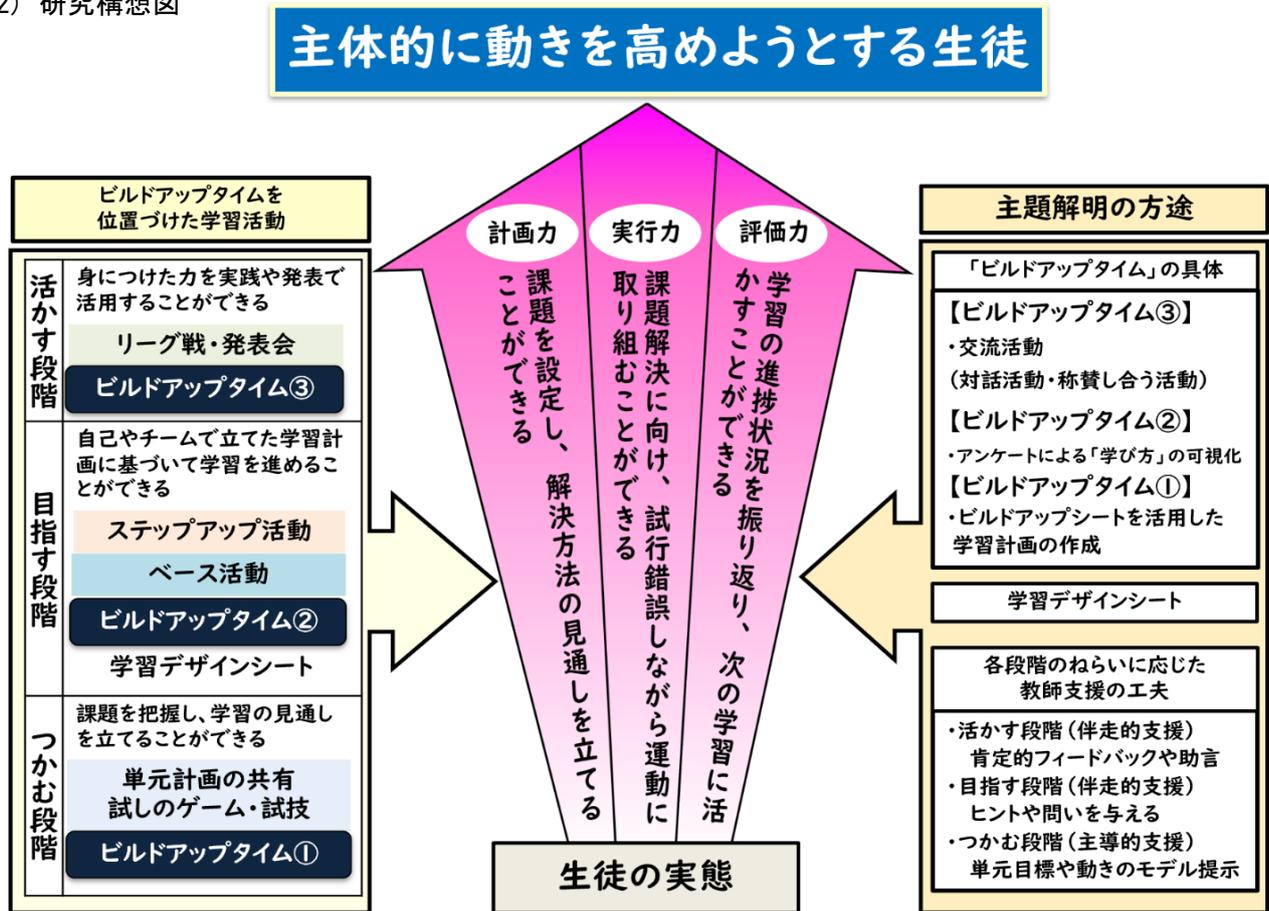
生徒が主体的に動きを高めようとするために、本研究では、各段階のねらいに応じて教師の支援の在り方を工夫する。つかむ段階では、現状と目標を照らして学習の方向性を捉える「評価力」を高めるために、単元目標や動きのモデルを教師が提示するといった主導的支援を行う。目指す段階では、取り組みの進捗状況やつまづきを捉え直し、学び方を調整する「評価力」を高めるために、取り組みを見取りながら、ヒントや問いを与える伴走的支援を行う。活かす段階では、学習で学んだことを活用し、よりよい動きを発揮しようとする「実行力」を高めるために、リーグ戦や発表会において、挑戦を支える場づくりと肯定的なフィードバック、助言を行う伴走的支援を行う。なお、目指す段階での伴走的支援は「学習途中の調整を促す支援」であり、活かす段階での伴走的支援は「実践場面での活用と挑戦を支える支援」である。

#### ウ 学習デザインシート

学習デザインシートとは、自己やチームの課題を解決するために、相互評価を用いて学習を進め、

既習事項の蓄積ができるポートフォリオシートである。自己やチームの映像記録を添付し、モデル映像との比較やチームで共有することで、改善の方法を検討できると考える。

(2) 研究構想図



(3) 仮説検証の方途

ア 対象

朝倉市立比良松中学校 第2学年2組 (男女30名)

イ 期間

検証授業Ⅰ 令和7年9月12日(金)～10月8日(水)

E 球技 ア ゴール型 「バスケットボール」

検証授業Ⅱ 令和7年10月20日(月)～11月5日(水)

B 器械運動 ア マット運動

ウ 検証の内容と方法

検証内容	検証方法
課題を設定し、解決方法の見通しを立てることができる生徒 (計画力)	○アンケート分析 ○振り返り記述分析 ○ビルドアップシート記述分析
課題解決に向け、試行錯誤しながら運動に取り組むことができる生徒 (実行力)	○アンケート分析 ○振り返り記述分析 ○様相観察 ○ビルドアップシート記述分析
学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かすことができる生徒 (評価力)	○アンケート分析 ○振り返り記述分析

## 6 研究の実際と考察

(1) 【検証授業Ⅰ】 全11時間（令和7年9月12日～10月8日）

ア 単元 E 球技 ア ゴール型 「バスケットボール」

イ 単元目標

知識及び技能	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、バスケットボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開することができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレーを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレーなどを認めようとするようにする。

### ウ 単元計画

単元のゴール		スペースを使った攻撃で、シュートを打てるようになる！										
段階	つかむ				目指す				活かす			
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
学 習 の 流 れ	出席確認 健康・安全の確認 W-UP めあての確認											
	10	オリエンテーション ・学習の進め方 ・単元計画確認	試しのゲーム振り返り 前時の成果と課題の共有			学習計画確認 学習計画に基づいた活動				チーム練習		
	20	主運動につながる活動 ・しっぽ取り ・ドリブル相撲	基本技能の確認 【ドリブル】 ・1対1 ・ピポッド (ボール操作・保持)	使用ツール確認 ・学習デザインシート ・ビルドアップシート ・ヒントカード ・デジタルコンテツ	【ベース活動】 ・基本技能を身につける活動(1～3名) ・シュートの反復練習 ・パスを受けてシュート ・パス回し ・1対1 ・2対1	【ステップアップ活動】 ・基本技能を応用する活動(4名～チーム) ・2対2 ・3対2 ・3対3 ・チームでの練習				リーグ戦(3対3) ・4分×2～3試合 ・スペースを使った攻撃		
	30	ルールの確認 ・安全への留意	【パス】 ・2対1 (守備者がいない空間への動き)	【シュート】 ・30秒シュート (反復での動作定着)	チーム確認	ビルドアップタイム② アンケートによる振り返り共有				ビルドアップタイム③ 交流活動		
	40	試しのゲーム(3対3) ・3分×2試合 ・ボールを持たないときの動き	タスクゲーム(3対2) ・3分×2試合 ・ゴール前の空いている場所に動く ・空間にいる味方へのパス	ビルドアップタイム① 学習計画表作成 ・5～9時の学習計画立案	学習デザインシートの作成 単元ゴールに向けたチーム活動 ・ステップ1～2 ・自己評価 ・相互評価 ・動画撮影	学習デザインシート ステップ3 (きょうだいチームとの話し合い) ・2分×2試合 ・作戦タイム(3分)				リーグ戦(3対3) ・4分×2～3試合 ・スペースを使った攻撃		
	50	学習の振り返り 次時の確認										単元のまとめ
指 導	知識	①				②					②	
	技能		③	②					①	③		
	態度		②					①			②	
	態度		②					①			②	
評 価	知識	①				②						
	技能			③					②	①	③	
	態度				①		②	①		②		
	態度					②		①			②	
											総括的評価	

単元の評価規準

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①個人やチームの能力に応じた作戦を立て、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 ②用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した内容を言ったり書き出したりしている。	①ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすることができる。 ②得点しやすい空間にいる味方にパスを出すことができる。 ③パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に動くことができる。	①提供された練習方法から、課題に応じた練習方法を選んでいる。 ②ビルドアップタイムを通して、仲間の課題や出来映えを伝えている。	①練習の補助をしたり仲間に助言をしたりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ②作戦などについての話し合いに参加しようとしている。

エ 授業の実際と考察

(7) つかむ段階 (1/11~4/11)

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>単元目標と自己の課題を結び付け、課題解決に向けた学習の進め方を構想することができるようにする (計画力)</li> <li>自己の課題を振り返り、次の時間に向けて改善点を見つけることができるようにする (評価力)</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>オリエンテーション</li> <li>試しのゲーム</li> <li>基本技能の確認 (ピボット・シュート)</li> <li>パスドリル (2対1)</li> <li>タスクゲーム (3対2)</li> <li>ビルドアップタイム① (学習計画の作成)</li> </ul>
主題解明の 方途	<ul style="list-style-type: none"> <li>各段階のねらいに応じた教師支援の工夫 (主導的支援)</li> <li>ビルドアップタイム① (ビルドアップシート)</li> </ul>

a 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫 (主導的支援)

つかむ段階では、単元目標と学習の流れを理解し、ビルドアップタイム①で自己の課題を明確にし、課題解決の見通しを立てることができるよう、教師が学習の方向性と活動内容を示す主導的支援を行った。

第1時では、単元目標と学習の流れを理解し、学習の見通しを立てることをねらいとして、スライド資料を用い、既習事項と事前アンケート結果を共有した。あわせて、昨年度の課題であった「ボールを持たないときの動きの工夫」の必要性を全体で確認した。そのうえで、「スペースを使った攻撃でシュートを打つ」という単元目標を示し、単元計画表【資料2】に沿って学習の流れを提示した。

次に、ボール操作や動き方に関する課題を把握するために、3分間の試しのゲームを設定した。

最後に、振り返りには「計画表を確認できて11時間の授業のイメージがもてた」という肯定的な意見に加え、「試しのゲームでシュートが入らずパスも通らなかった」といった、自己のバスケットボールに対する動きの現状を把握するような記述が見られた。

時間	めあて	活動内容	備考
1時間目 9/12(金)	3×3の特性や楽しさを理解し、学習への見通しをもとめる	・単元計画の確認 ・技能の振り返り ・試しのゲーム①(3分) ※動画撮影	試しのゲームでは毎時間チームを変更(男3・女2)または(男2・女3)6チーム構成
2時間目 9/17(水)	パスを受けるための位置取りを考えてみよう	・基本技能練習(1対1・ピボット) ・2対1 ・タスクゲーム3対2(3分) ※動画撮影	
3時間目 9/19(金)	スペースを使った有効な攻撃を考えてみよう	・基本技能練習(シュート) ・2対1 ・タスクゲーム3対2(3分) ※動画撮影	
4時間目 9/22(月)	自己の課題をクリアできる学習計画を立てよう	・チーム発表(单元最終までのチーム) ・学習計画を立てる(課題解決のため)	教室にて行う
5時間目 9/24(水)	試行錯誤しながら、自分に合った方法で技能を高めよう	・チームごとにw-up ・学習計画に基づいて自分で活動(15分) ・学習デザインシートを使った活動(15分)	自由進度学習 ○課題を自分のペースで解決する ↓ ○他者と協力して課題を解決する
6時間目 9/26(金)	ビルドアップタイム → 「学び方」を振り返る	・ビルドアップタイム ・学習デザインシート作成	
7時間目 9/29(月)	ゲームを通して課題解決への進捗状況を確認しよう	・チームごとにw-up ・学習計画に基づいて自分で活動(15分) ・リーグ戦に向けたゲーム(2分×2) ・ビルドアップタイム ・学習デザインシート作成	
8時間目 10/1(水)	チーム発表	・チームごとにw-up ・チーム練習 ・リーグ戦(4分)	スペースを使った攻撃を楽しむ!
9時間目 10/3(金)			
10時間目 10/6(月)			

【資料2 バスケットボール単元計画表】

第2・3時では、自己の現状を振り返り、課題を明確にすることをねらいとした。

まず、試しのゲームの映像をもとに、パスの出し手と受け手の動き方について「パスが通らない場面」に焦点を当てて説明した。

次に、パスの出し方や受け方を理解し、段階的に動き方を身に付けるために、2対1のドリルゲーム【資料3】と3対2のタスクゲームを行った。その際に、スペースを活用した有効な攻撃について考えを整理するために、作戦ボードを用いた作戦タイム【資料4・5】を設定した。その結果、守備者の位置を見て空いたスペースに動こうとする場面が増えた一方で、フリーになったタイミングとパスを出すタイミングが合わないといった課題も明らかになった。

最後に、振り返りには「自分がフリーになった瞬間、味方からパスを受けやすい位置に移動する」、「相手に囲まれた時のパスを出せるようにパス練習もしたい」など、ボール操作やボールを持たないときの動きについて、課題を具体的に捉えた記述が見られた【資料6】。

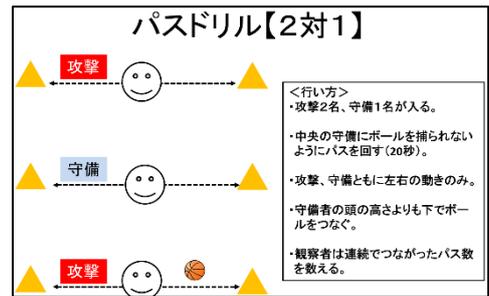
#### b ビルドアップタイム①（ビルドアップシート）

ビルドアップタイム①では、単元目標の達成に向けて課題解決への見通しを立てるため、第4時に学習計画を作成する時間を設定した。

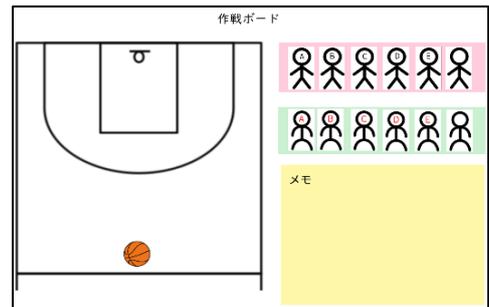
まず、第5時～第11時まで活動するチーム編成を発表し、単元目標である「スペースを使った攻撃でシュートを打てるようになる」を再確認したうえで、チームごとにこれまでの試しのゲームで明らかになった個人の課題を共有する場を設定した。

次に、自己の理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるよう、「学び方」の視点を提示し、生徒から挙がった課題に対する解決に向けた具体的な活動例を提示しながら説明した。また、自己の課題に合っているか、活動内容と時間配分が実現可能かどうかを確かめられるよう、机間巡視をしながら個別に支援した。

最後に、学習計画作成の確認事項【資料7】を共有した後、自己の課題に応じてビルドアップシートに学習計画を記入する時間を設定した【資料8】。その際、「同じ課題の生徒同士で計画を見合う。」「チーム内で互いの計画を確認しながら作成する。」といった指示を行い、自己の課題に即した学習計画を立てられるよう、作成を支援した。振り返りでは、試しのゲームで出た課題を手掛かりに自己分析を行い、「パスを逸らしてしまうので、基礎練習を計画に入れることを意識した」など、自分に合った学習内容と方法を選択しようとする記述が見られ



【資料3 2対1ルール】



【資料4 作戦ボード】



【資料5 作戦タイムの様子】

自分がフリーになった瞬間、味方からパスを受けやすい位置まで移動してボールをもらえるようにする。	相手に囲まれた時のパスをうまく出せるようにパスの練習もしていきたい。
---	------------------------------------

【資料6 第2・3時の振り返り記述（一部抜粋）】

**ビルドアップシート(学習計画表)使い方**

- ・ベース活動とステップアップ活動の2つの活動での計画を立てる
- ・5～9時(5回分)の学習計画を立てる
- ・内容と時間配分を決める(15分間)
- ・学習形態を考える(個人・ペア・チーム)
- ※計画はいつでも修正できる

【資料7 確認事項】



【資料8 学習計画を作成する様子】

た【資料9】。ビルドアップタイム①を通して、単元目標と自己の課題を結び付けながら、課題解決に向けた具体的な見通しを立てようとする姿が見られた。

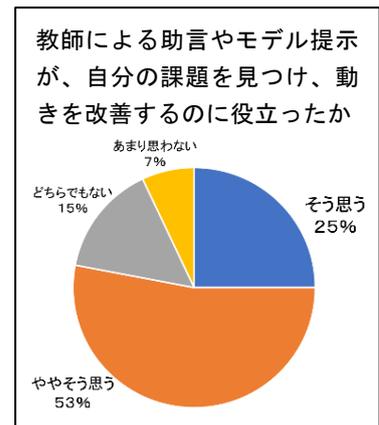
【個人の目標】 自分でパスを受けて必ず取れるようにするシュートを試合で一本入れられるようにする。		【個人の課題】 シュートがあまり入らない。パスを逸らしてしまうことが多い。	
日付	学習内容・形態・時間		
①9月24日(水)	①ゴール下シュート 5分 1人 ②ランニングパス→シュート 練習開始のポイントを数えて:	③9月29日(月) ④10月1日(水)	①オリジナル練習 2対1パス戦 10分 ②3on2 5分 練習開始のポイントを数えて: ①ゴール下シュート 5分 1人 練習開始のポイントを数えて:
②9月26日(金)	①ゴール下シュート 5分 1人 ③2人組パス→シュートwithらら 10分 友達・先生 練習開始のポイントを数えて:	④10月3日(金)	②2人組パス→シュート 5分 友達・先生 ③3on3対抗 10分 チーム 練習開始のポイントを数えて:

自分の課題は、パスを  
そらしてしまうこと、ゴール下シュートが入りにくいことなので、ゴール下シュートの練習や、基礎的なパス練習を計画することを意識しました。

【資料9 ビルドアップシートと振り返り記述（一部抜粋）】

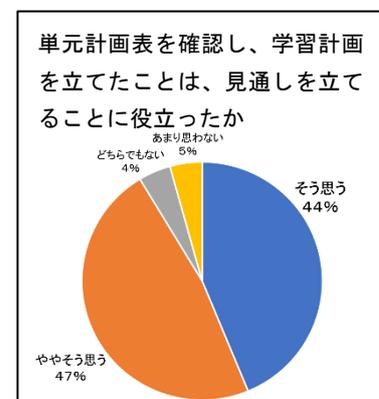
### 結果と考察（1/11～4/11）

○ 「教師による助言やモデル提示が、自分の課題を見つけ、動きを改善するのに役立ったか」という質問に対して、78%が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた【図4】。この結果は、第2・3時に試しのゲーム映像を用いて「パスが通らない場面」に焦点を当て、パスを出す時と受ける時の動きに着目させたことにより、ボール操作や動き方の課題を自覚できるようになったためだと考える。さらに、2対1や作戦ボードを用いた場を教師が設定し、パスを受ける位置やスペースを使った動きを確かめさせたことで、スペースを活用した有効な攻撃を組み立てる視点が生まれたのではないかと考える。振り返りでは【資料6】のように、ボールを持たない動きに着目し、学習への新たな見通しを立てたり、作戦タイムで共有した内容を次時の学習に活かそうとしたりする記述をした生徒が全体65%であった。これらのことから、自己の課題を振り返り、次の時間に向けて改善点を見つける力（評価力）を高めるうえで、教師による主導的支援を位置づけたことは概ね有効であったと考える。



【図4 アンケート結果】

○ 「単元計画を確認し、学習計画を立てたことは、見通しを立てることに役立ったか」という質問に対して、91%が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた【図5】。回答には、「最後の目標に向けて逆算して計画を考えることができた」、「学習計画を立てることで、予定が立てやすかった」など、活動のイメージを具体的に持つことができたことを示す記述が見られた。また、第4時の振り返りでは、【資料9】のように「自分の課題は○○だから△△の練習を意識する」といった、課題解決に向けて今後の学習の見通しをもった記述ができた生徒が全体の73%であった。これは、試しのゲームやタスクゲームの様子を映像や作戦ボードで可視化したことで、自己の課題を客観的に捉えやすくなったうえ



【図5 アンケート結果】

で、ビルドアップタイム①で学習計画として具体化できたためだと考える。これらのことから、単元目標と自己の課題を結び付けながら、課題解決に向けた学習の進め方を構想する力（計画力）を高めるうえで、ビルドアップタイム①を位置づけたことは有効であったと考える。

(イ) 目指す段階（5/11～9/11）

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題に応じて、学習の進め方について見通しを立てることができるようにする（計画力）</li> <li>・課題に応じて、練習方法を調整することができるようにする（実行力）</li> <li>・活動を振り返り、次の時間に活かすための改善点を見つけることができるようにする（評価力）</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習計画に基づいた活動（ベース活動・ステップアップ活動）</li> <li>・ビルドアップタイム②（学び方の振り返り）</li> <li>・学習デザインシートの作成</li> <li>・きょうだいチームとのゲーム（3対3）</li> </ul>
主題解明の 方途	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビルドアップタイム②（アンケートによる「学び方」の可視化）</li> <li>・各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）</li> <li>・学習デザインシート</li> </ul>

a ビルドアップタイム②（アンケートによる「学び方」の可視化）

ビルドアップタイム②では、自己やチームで立てた学習計画に基づいて学習を進める中で、理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるようにすることをねらいとした。

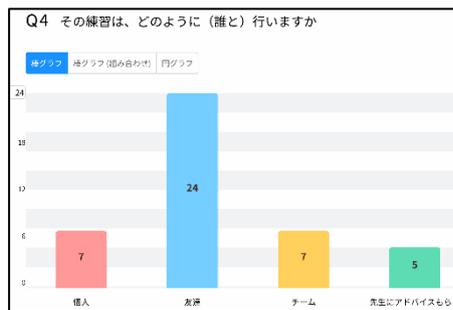
まず、目指す段階前半（第5～7時）では、計画した活動

を15分間行った後、ロイロノートのアンケート機能を用いてビルドアップタイム②を行った。生徒は「何を」、「どのように」、「どの程度の時間をかけて」の3視点から計画を基に実施した学習を振り返った。回答はタブレット内で全員が共有できる形で示し、3視点に沿った自己の学び方（内容・方法・時間）の状態を可視化した【資料10】。「パスミスばかりなので、上手くいくポイントを教えてほしい。」「〇〇さん、次回まで今日と同じ練習するなら、もう一回2対1してほしい。」など、他者の回答一覧を基に、次時に向けて行動を具体的に構想する様子が見られた。

次に、自分では気づかなかった改善点や練習方法に気づくために、同じ課題に取り組んだ生徒同士で集まり、相互にアドバイスを送り合う場を設定した【資料11】。生徒同士で「ディフェンスから離れるためにフェイントを入れてみたらどうか。」など、新たな視点からアドバイスを送り合う姿が見られた。

授業の終末では、次時の活動への見通しを立てるために、ビルドアップシートを見直し、実際に行った活動の成果や課題を踏まえて学習計画を修正する時間を設定した。振り返りでは、「苦手なシュートがたくさん練習できたから、次回も計画通りに練習する」といった、課題解決に向けて計画した活動を継続しようとする記述や、「チームの友達が次回シュート練習をすることが分かったので、アドバイスをもらいたい」など、他者の学習状況も手掛かりにしながら自分の計画を調整しようとする記述が見られた【資料12】。

目指す段階後半（第8・9時）では、ビルドアップタイム②「次の練習ではどのようなことを意識するか」の質問において、「スペースを使ってパスをもらう練習を増やしたい」、「試合を想定



【資料10 回答の可視化】



【資料11 アドバイスを送り合う場面】



方法を補足し、自らモデルを示したり、アドバイスし合ったりするグループ【資料14】には、「今の良かったところを他の人にも伝えてみよう。」などと促し、協働的な学びによる学習が広がるように支援した。また、学習内容と方法を見直し、課題解決に向けて活動を調整できるようにするために、ビルドアップシートに基づいて活動する様子を巡回し、「仲間にどのように動いてもらったらパスが渡りそうか。」「ベース活動とステップアップ活動の時間配分はこのままでいいか。」といった問いを投げかけた【資料15】。



【資料14 自らモデルを示す場面】

最後に、目指す段階の最終日（第9時）に実施した「5時間分の学習計画の達成度」についての振り返りでは、「計画通りできた30%」、「だいたい計画通りできた65%」、「あまり計画通りできなかった0%」、「全く計画通りできなかった5%」という結果となった。回答には、「スペースを探してパスをもらったり、出したりすることを目표としていたので最後の5時間目の時に〇〇さんと走りながらパスを渡し、もらう練習をしたら、試合では、スムーズにやるのが出来た」、「自分では考えるのが難しい練習方法の案が載っていて、それを選ぶことで自分の課題解決につながった」といった、自己の課題に対して学習を調整しながら取り組もうとする記述が見られた。



【資料15 伴走的支援の場面】

### c 学習デザインシート

学習デザインシートは、単元目標「スペースを使った攻撃でシュートを打てるようになる」に迫るため、チームで学習課題を共有しながら、課題に応じた練習方法を組み立てていくことをねらいとして活用した。

目指す段階前半（第5～7時）では、守備者から離れてスペースを見つける動きを身に付けるために、ステップ1・2をチームで実施した。ステップ1「2対2のパスゲームで10回以上パスを続ける」、ステップ2「2対2の攻防でノーマークでシュートが打てる」といった課題を設定し、守備者から外れてパスを受ける動きや、シュートにつながる動きを段階的に身に付けられるようにした。活動の様子はロイロノートで撮影・共有し、うまくいかなかったプレーは「まだまだ！動画」、課題を達成したプレーは「いいね！動画」として分類し、成功要因と改善点を可視化した【資料16】。チームで活動を進める中で、「動きながらパスをもらおうとうまくいく。」「バウンドパスも混ぜてみよう。」といった発言が聞かれ、映像を見ながら「なぜうまくいったのか」、「どこを修正すればよいのか」を話し合い、チームで評価する姿が見られた。

目指す段階後半（第8・9時）では、単元目標の動きに迫るために、ステップ3「きょうだいチームでゲームを行い、ノーマークでシュートが打てるよう挑戦する」という課題に取り組んだ。活動に際しては、様々な立場から動きを評価できるようにするために、きょうだいチームで「①実施者②撮影者③アドバイザー」の3つの役割を分担した。

学習デザインシート

単元のゴール スペースを使った攻撃でシュートを打てるようになる!

ステップ1	ステップ2	ステップ3
<p>まだまだ！動画</p> <p>いいね！動画</p>	<p>まだまだ！動画</p> <p>いいね！動画</p>	<p>まだまだ！動画</p> <p>いいね！動画</p>

ステップ1

2対2のパスゲームで、10回以上パスが続く

「まだまだ！」ポイント  
誰もいない場所にパスを放ったのはいいが、その場所にもう一人が行くまでにディフェンスに取られている。

「いいね！」ポイント  
ディフェンスが追いつく前に素早く移動して、パスを受け取ることができていた。

単元のゴールを達成するためには・・・?

名前	ステップ1振り返り	ステップ1自己評価
	パスをもらう方向を素早く変えて相手がついていけないようにしてパスをもらう	◎・◎・△
	敵のついてないフリーの人にできるだけパスをしたい	◎・◎・△
	ディフェンスがいないところをすぐに判断してパスを出す	◎・◎・△
	相手の行動を察みながら味方をパスの出しやすいところへ誘導するのを意識した	◎・◎・△
	意図的パスを出しても味方の近くの際に捕られているからパスの出し方を考える	◎・◎・△

【資料16 学習デザインシート】

ゲーム中には、「右のスペースが空いているよ。」「ゴール下でパスをもらったら、ためらわずにシュートに行こう。」など、スペースを使った攻撃を意識した具体的な声かけをし合う姿が多く見られた。また、ゲーム間には、スペースを活用した有効な攻撃について考えを共有するために、作戦ボードを用いて作戦タイムを設定した。「〇〇さんがボールを持ったらゴール下に走っていきよう。」「リバウンドを取ったら、すぐ攻撃の準備をしよう。」など、ゲームを通しての気付きを共有し、チームの連携を高めていこうとする姿が見られた【資料17】。

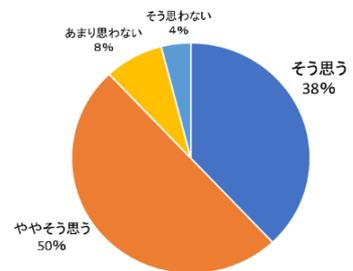


【資料 17 作戦タイムで指示を出す場面】

### 結果と考察（5/11～9/11）

- 「ビルドアップタイム②（授業中盤でのアンケートによる振り返り）の活用は、自分の計画を見直したり、計画の修正を行ったりするのに役立ったか」という質問に対して、88%が「そう思う」「ややそう思う」と回答していた【図6】。回答には、「全員の回答が見られるので、課題を共有してチームで解決することができた」、「自分では分からない課題点や良い点を教えてもらい、次からの活動を修正するきっかけになった」といった記述が見られた。これは、15分間の計画に基づく学習の後にビルドアップタイム②を実施し、「学び方」の視点から計画を振り返らせたことで、自己やチームの課題に対して選択した活動を客観的に捉えることができたためだと考える。さらに、ロイノートで全員の回答を即時に可視化したことにより、計画の進捗状況を他者と共有し、今後の活動についてアドバイスを受ける機会にもなっていた。また、目指す段階（第5時～第9時）の振り返りでは、【資料18】のように、自己分析を通して根拠をもって活動を調整しようとする記述ができていた生徒が全体の63%を占めた。これらのことから、課題に応じて練習方法を調整する力（実行力）を高めるうえで、ビルドアップタイム②におけるアンケートによる「学び方」の可視化は、概ね有効であったと考える。

ビルドアップタイム②の活用は、自分の計画を見直したり、計画の修正を行ったりするのに役立ったか



【図6 アンケート結果】

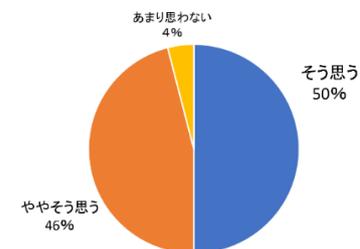
私は単元ゴールに対してシュートの成功確率を上げるためにゴール下シュートと2人組のシュート練習の計画を立てて行ったが、試合をやった時にシュートが入らないという課題があったので、今度のリーグ戦の前のw-upではシュートを徹底的にする。

### 【資料 18 ビルドアップタイム②での振り返り記述】

- 「教師によるヒントやアドバイス等の支援は、自分の課題を見つけ、動きを改善するのに役立ったか」という質問に対して、すべての生徒が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた。回答には、「簡潔に要点だけ伝えてくれたので、練習や試合の時に意識するきっかけになった」、「アドバイスの視点を教えてもらって、友達との話が発展した」といった記述が見られた。これは、教師が生徒の活動に対して短時間介入することで、「どのように動けばうまくいくか試してみよう。」「どの練習が自分に適しているのか練習を見直してみよう。」といった、試行錯誤しながら課題解決に向けて活動を振り返る視点をもたせることができたためだと考える。このことから、活動を振り返り、次の時間に活かすための改善点を見つける力（評価力）を高めるうえで、教師による伴走的支援を位置づけたことは有効であったと考える。

○ 「学習デザインシートは、チームの現状を評価したり、次の時間への見通しを立てたりすることに役立ったか」という質問に対して、96%が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた【図7】。この結果は、シートがステップ1～3の段階構成となっており、各ステップに到達基準（攻防でパスが10回以上続く、ノーマークでシュートが打てる）を設けていたことによって、生徒が「何ができていて、どこに課題があるのか」を客観的に捉えやすくなったためだと考える。特に、ステップ1～3の到達基準がチームとしての連携の理解を必要とする内容となっていたことで、自他のプレーを振り返り、「現在のチームの動きをより一層高めるために、次時での活動計画はこれでもいいか」といった視点で、学習の進め方を構想するようになっていったと考えられる。これらのことから、課題に応じて、学習の進め方について見通しを立てる力（計画力）を高めるうえで、学習デザインシートを使用したことは有効であったと考える。

学習デザインシートは、チームの現状を評価したり、次の時間への見通しを立てたりすることに役立ったか



【図7 アンケート結果】

#### (ウ) 活かす段階 (10/11～11/11)

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームでの課題を見出し、動きを修正することができるようにする（実行力）</li> <li>・単元を通して活動を振り返り、次の学習に活かそうとすることができるようにする（評価力）</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リーグ戦</li> <li>・ビルドアップタイム③（交流活動）</li> </ul>
主題説明の 方途	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビルドアップタイム③（交流活動）</li> <li>・各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）</li> </ul>

##### a ビルドアップタイム③（交流活動）

ビルドアップタイム③は、ゲームから得た気づきを次の試合に活かせるようにすることをねらいとして、第2試合と第3試合の間に、動きの成果と課題を共有できるように、交流活動を設定した。

まず、導入では、めあての確認を行った後、ビルドアップタイム③の実施方法を確認した。具体的には、全チームが1回目のゲームから出た動きの成果と課題を共有し、2回目の試合で活かせるよう、第2試合と第3試合の間に5分間のビルドアップタイム③を設定した。また、チーム内の交流が円滑に行われるように、ビルドアップタイム③の実施方法を「作戦ボードや映像を活用した対話活動」と「対話活動」の2つに絞って行うよう指示した。その後、これまでの学習で身に付けてきたスペースを使った攻防を実践するために、4分間のリーグ戦を行った。ゲームでは、ピボットでボールを保持しながらタイミングを見てパスを出す姿や、フェイントを入れて守備者から外れてスペースに動く姿が見られた。

次に、第2試合と第3試合の間にビルドアップタイム③を実施した。作戦ボードを活用し、「○さんがパスをもらったら、△△さんは、ゴール方向に走ってみて。」「さっきの場面は、もう1人が逆サイドに広がるとよかった。」などと意見を交わしながら、次の試合に向けて動きの修正点をチームで整理する姿が見られた【資料19】。

最後に、単元のまとめとして、「これまで自己の計画に基づいて身に付けた動きや技は、リーグ戦のどのような場面で発揮できたか。」「単元目標の達成に向けて、



【資料19 ビルドアップタイム③（交流活動）の様子】

個人・チームでできたことを教えてください。」という2つの質問で振り返りを行った。生徒からは、「課題だったパス回しを素早くするために、W-UPで2対2を行い、スペースでパスを受ける動きを毎時間確認した」、「同じチームの〇〇さんがスペースに移動してパスをもらい、落ち着いてシュートすることができるようになって私まで嬉しくなった」など、リーグ戦での具体的な場面と結び付けて、バスケットボールで身に付けた動きの高まりや単元目標に迫るための課題を言語化する記述が見られた。

### b 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）

活かす段階における教師の伴走的支援では、リーグ戦の中でこれまでの学習の成果を発揮しつつ、ゲームでの気付きから次の試合での改善点を見い出せるようにすることをねらいとした。

まず、ビルドアップタイム③の方法を確認する際に、交流活動において共通した視点をもつことができるようにするために、「ボールを持たない人の動きに注目してみよう。」、「誰のどの動きを取り上げて話し合うとよいか、事前に決めておこう。」といった視点を提示した。また、試合中は、全員が学習に関わり続けられるようにするために各チームを巡回し、ゲームに出ている生徒だけでなく、撮影者やアドバイザーとして関わる生徒にも「ボールを一番もつ時間が長い〇〇さんの動きを中心に撮影すると、後で作戦を立てやすいかもしれないよ。」、「この試合でよかったプレーを仲間に1つ伝えてみよう。」などと声かけを行った【資料20】。



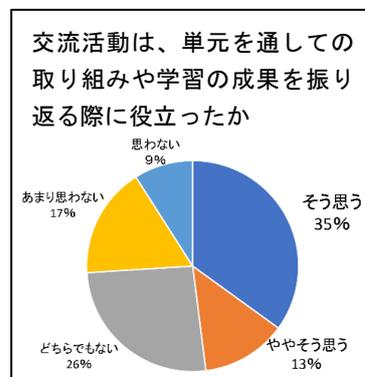
【資料20 伴走的支援の様子】

次に、ビルドアップタイム③の場面では、具体的なプレーと作戦を結び付けて整理するために、チームの対話の様子を見取りながら「さっき良かった動きを、もう一度、作戦ボードに示してみよう。」、「映像のこの場面を使って、どこがよかったか説明してみよう。」など単元目標に迫る動きを抽出し、チームで共有するよう、助言を行った。また、動きの高まりを実感できるようにするために、ゲームを通して「マークを外す動きができていますよ。」、「スペースはうまく使えているから、攻守の切り替えをもっと早くしてみよう。」といった肯定的なフィードバックを行った。

最後に、単元の振り返りでは、「守備者と距離をとってパスをもらうことを意識した。」、「チームで声を掛け合い、攻守の切り替えを早くすることを大切にしました。」など、教師からの肯定的な助言や試合中の経験を手掛かりに、これまでの取り組みの成果を自分の言葉で説明する生徒の姿が見られた。

### 結果と考察（10/11～11/11）

- 「交流活動は、単元を通しての取り組みや学習の成果を振り返る際に役立ったか」という質問に対して「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒は48%であった【図8】。記述分析を行うと、対話活動を選択した生徒から「動きの修正がしやすかった」、「試合の中で気づかなかった動きをアドバイスし合えた」といった、試合の経験を手掛かりに互いの動きを言語化しやすかったことを示す肯定的な記述が見られた。一方で、作戦ボードによる交流活動を選択した生徒からは、「動きの確認は作戦ボードの方が分かりやすいが、試合中に作戦と違う動きになると分からない」、「試合中にその場で言ってもらった方がよい」といった記述が見られた。



【図8 アンケート結果】

これは、リーグ戦での数的同数（3対3）の場面では、図による確認だけでは実際の動きと結び付きにくく、その場での対話的なやり取りの方が動きのイメージ化や即時的な

修正には有効であることを示している。これらのことから、ビルドアップタイム③の交流活動は、一部の生徒にとっては高まった動きを振り返り次のプレーに活かす手掛かりとなっていた。一方で、単元全体の取り組みや学習の成果を振り返り、次の学習に活かそうとする力（評価力）を高めるうえでは、その有効性は限定的であったと考える。

- 第10時のビルドアップタイム③での交流活動時に「守備者から離れるポイントは何があるかな。動きの緩急に注目してみたらどうかな。」と生徒Aにアドバイスしたところ、その後の試合で実際に動きに緩急をつけてマークを外そうとするプレーが見られ、その点について振り返りに言及する記述が見られた【資料21】。このことは、活かす段階において、教師が必要に応じてヒントやアドバイスに介入する伴走者として支援することにより、ゲームの中で自己の課題を捉え直し、次のプレーで動きを修正しようとするきっかけが生まれたことを示している。このことから、活かす段階における伴走的支援を位置づけることは、ゲームでの課題を見出し、動きを修正する力（実行力）を高めるうえで、有効であると考えられる。

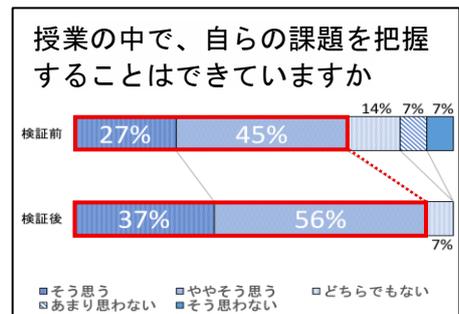


【資料 21 生徒Aの緩急をつけてマークを外す動きと第11時での振り返り記述（一部抜粋）】

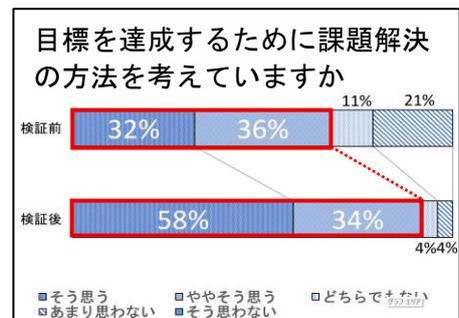
## オ 本単元の全体考察

### (7) 計画力

検証前と検証後に「計画力」に関するアンケートを実施した。「授業の中で、自らの課題を把握することはできていますか」という質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前72%、検証後93%で21ポイント増加した【図9】。回答には、「先生や友達から動きのポイントや課題を教えてもらった」といった記述が見られた。これは、試しのゲームやタスクゲームを映像や作戦ボードで可視化したことで、客観的に自己の課題を見つめることができ、ビルドアップタイム①での学習計画作成を通して、課題を抽象的なイメージではなく、より具体的に捉えられるようになったためだと考える。また、「目標を達成するために課題解決の方法を考えていますか」という質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前68%、検証後92%で24ポイント増加した【図10】。回答には、「チームでの連携がうまくなるために、どこが課題か考え、周りのアドバイスを参考にした」といった記述が見られた。これは、学習デザインシートで活動内容をチームとしての連携に焦点化したことで、自他のプレーをその視点から振り返り、「チームの動きを高めるために、次時のビルドアップシートの計画をどうするか」といった学習の進め方を構想するようになったためだと考える。これら



【図9 検証前後のアンケート結果】



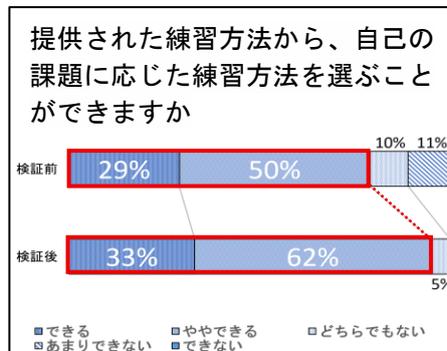
【図10 検証前後のアンケート結果】

のことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、課題を設定し、解決方法の見通しを立てようとする生徒の姿に迫るうえで、有効に働いたと考える。

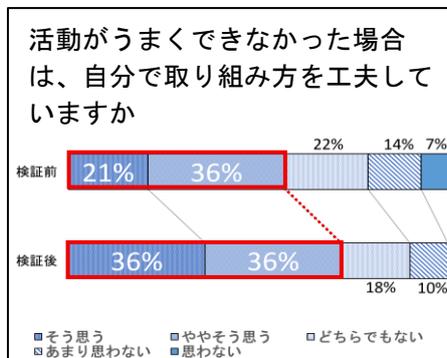
#### (イ) 実行力

検証前と検証後に「実行力」に関するアンケートを実施した。「提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができますか」という質問では、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が検証前79%、検証後95%で16ポイント増加した【図11】。回答には、「苦手だと感じたプレーの練習を計画して行い、友達や先生のアドバイスをもとに工夫して取り組めた」といった、課題解決に向けて計画した練習を実行しようとする様子が表れた記述が見られた。これは、計画した学習の後にビルドアップタイム②を実施し、「学び方」の視点から計画を振り返らせたことで、自己やチームの課題に対して選択した活動を客観的に捉えられるようになり、課題に応じて練習内容や方法を自分で選び直そうとする思考が育まれたためだと考える。また、計画の進捗状況を他者と共有し、活動についてアドバイスをもらうことで、学習の調整がしやすくなったことも一因であるとする。さらに、「活動がうまくできなかった場合は、自分で取り組み方を工夫していますか」という質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前57%から検証後72%へと15ポイント増加した【図12】。これは、活かす段階において伴走者としての支援を行ったことで、ゲームを通して動きや連携の課題を捉え直し、スペースを使った攻撃がうまくできない場面でも「次のゲームで動きをどのように工夫すればよいか」という視点をもつようになったためだと考える。

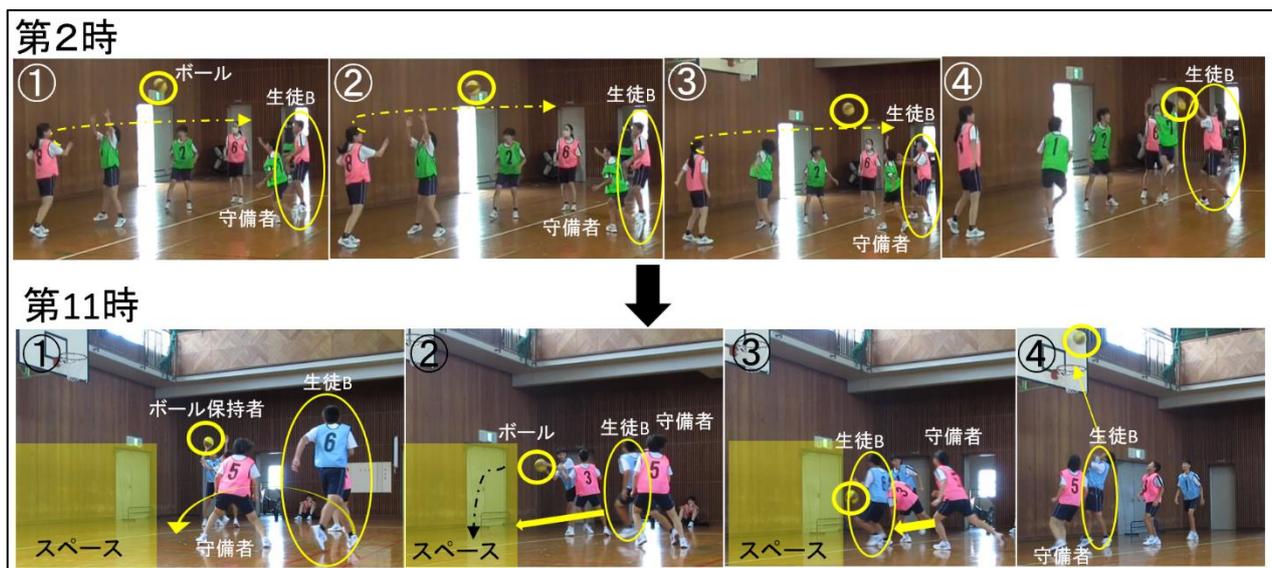
また、生徒Bの動きの変容に着目すると、第2時にはボール保持者と一直線上に立ち、パスコースやスペースを十分に作ることができていなかったが、第11時にはディフェンスの背後のスペースから動き出してパスを受け、シュートまでつなげる場面が見られた【資料22】。



【図11】 検証前後のアンケート結果



【図12】 検証前後のアンケート結果

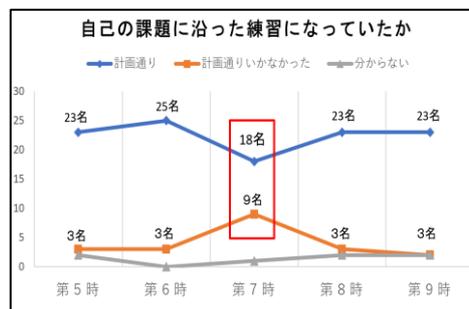


【資料22】 生徒Bの単元目標に迫る動きの変容

これらの変容からは、課題解決に向けて動きを試し、その結果を次のプレーに活かそうとする姿がうかがえる。

これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、課題解決に向けて試行錯誤しながら運動に取り組むことができる生徒の姿に迫るうえで、有効に働いたと考える。

一方で、第5時～9時の計5時間分のビルドアップタイム②におけるアンケートを分析すると、「自己の課題解決に沿った練習になっていたか」という質問に対し、「計画通りいかなかった（修正がある）」と回答した生徒の割合は第7時で高くなっていた【図13】。これは、課題に応じて練習を調整する力が高まった結果、自己の課題の捉え方がボール操作からチーム連携へと変化し、多くの生徒がビルドアップシートを書き換えてステップアップ活動へと活動を変更したためだと考えられる。その結果、あらかじめ設定していたベース

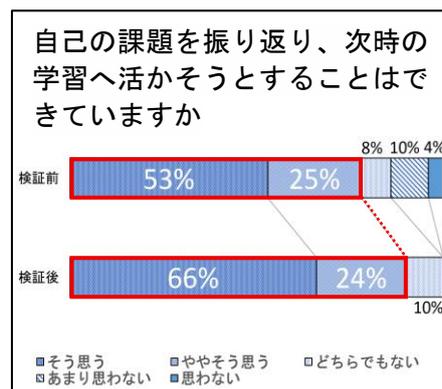


【図13 ビルドアップタイム②アンケート結果】

活動・ステップアップ活動ごとの場所の比率を変更せざるを得なくなり、第7時には活動場所が混雑して、計画していた活動を予定通りに行えない生徒も見られた。これらのことから、今後は生徒が学習計画を試行錯誤しながら再構成していく過程において、教師が生徒の学習内容に応じて活動場所を柔軟に再配置するなど、場の設定をより流動的に行う必要がある。

#### (ウ) 評価力

検証前と検証後に「評価力」に関するアンケートを実施した。「自己の課題を振り返り、次時の学習へ活かそうとすることはできていますか」という質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前78%から検証後90%で12ポイント増加した【図14】。回答には、「今までバスケットでは、動き方が分からず、試合では止まっていることが多かったけど、苦手なシュートやパスのキャッチをスムーズに行うために友達や先生に動き方を教えてもらえて、試合で成功することができたし、色々な動き方をしてゴールをねらってみたい」などの記述が見られた。これは、小さな成功体験を積み重ねたことが、新しい動きへの挑戦意欲につながったためであると考えられる。また、教師支援の工夫により、「うまくいくためのポイント」や「自己の課題と改善策」を具体的に理解できるようになり、抽象的な感覚ではなく改善に向けた見通しを立てながら振り返ることができるようになった。さらに、ビルドアップタイム③での交流活動を通して、動きのイメージ化や即時的な修正を行う中で、「できた理由」を「次の学習に活かす視点」へと結び付けて捉えるようになっていったと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、生徒が学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かそうとする姿に迫るうえで、有効に働いたと考える。



【図14 検証前後のアンケート結果】

また、教師支援の工夫により、「うまくいくためのポイント」や「自己の課題と改善策」を具体的に理解できるようになり、抽象的な感覚ではなく改善に向けた見通しを立てながら振り返ることができるようになった。さらに、ビルドアップタイム③での交流活動を通して、動きのイメージ化や即時的な修正を行う中で、「できた理由」を「次の学習に活かす視点」へと結び付けて捉えるようになっていったと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、生徒が学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かそうとする姿に迫るうえで、有効に働いたと考える。

#### (イ) 検証授業Ⅰの課題と修正点

検証授業Ⅰの課題	検証授業Ⅱに向けた修正点
生徒が学習計画を試行錯誤して再構成していく過程の中で、教師は、選択する学習内容に応じて、場の設定を流動的に行う必要がある。	検証授業Ⅱのベース活動では、4つの系統ごとに活動場所を細分化し、ステップアップ活動では活動人数に応じて、活動範囲の調整を行う。
ビルドアップタイム③の交流活動で自分の意見をうまく言えない生徒がいた。	自分の考えを表現して相手に伝えられるようにするために、ロイロノートの付箋機能を活用して、自分の考えを伝える活動に変更する。

(2) 【検証授業Ⅱ】 全7時間（令和7年10月20日～11月5日）

ア 単元 B 器械運動 ア マット運動

イ 単元目標

知識及び技能	器械運動の特性や技の名称・行い方、関連する体力などを理解し、技ができる喜びを味わいながら、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行い、条件を変えた技や発展技、それらの組み合わせをよりよく行うことができる。
思考力、判断力、表現力等	自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。
学びに向かう力、人間性等	器械運動に積極的に取り組むとともに、仲間のよい演技や挑戦を認め合い、学習を支え合いながら、一人一人の違いや課題に応じた取り組みを大切に、健康や安全に気を配ろうとすることができる。

ウ 単元計画

単元のゴール		チャレンジ&サポートで「美しい演技」を完成させよう！						
段階	つかむ			目指す			活かす	
時間	1	2	3	4	5	6	7	
学 習 の 流 れ	出席確認 健康・安全の確認 W-UP めあての確認							
	10	オリエンテーション ・特性、成り立ち ・学習の進め方 ・単元計画確認 ・事故防止について約束事の確認	試技の振り返り 成果と課題の入力、共有  感覚づくり運動 ・ブリッジ ・ゆりかご ・クマ歩き (前後左右片足) ・蛙の足うち ・川渡り	試技③ ・試技を通して、演技構成を考える ・つなぎ技の確認	学習計画確認  学習計画に基づいた活動 【ベース活動】 ・基本技能を身につける活動 ・技の習得に向けた反復練習  【ステップアップ活動】 ・基本技能を応用する活動 ・技のつながり、高さや美しさを工夫			発表会に向けた練習
	20	感覚づくり運動 ・ブリッジ ・ゆりかご ・クマ歩き (前後左右片足) ・蛙の足うち ・川渡り	基本的な技を滑らかに行う学習 ・前転-開脚前転 ・後転-開脚後転 ・側方倒立回転 【技を滑らかに行う方法を知る】 ・着手の仕方 ・順次接触 ・回転速度 ・下肢の振り上げ	使用ツール確認 場の使用法確認	ビルドアップタイム② アンケートによる振り返り-共有			グループ内での発表会 (3つの技での演技)
	30	試技①の撮影 5人グループで撮影 (実施・補助・撮影) ・技を2つ組み合わせて演技	試技②の撮影 5人グループで撮影 (実施・補助・撮影) ・技を2つ組み合わせて演技	ビルドアップタイム① 学習計画表作成  ・4～6時 学習計画表の作成	学習デザインシートの作成 (多くの技群に挑戦する活動)		グループ内発表会 (3つの技での演技) ・相互評価 ・動画撮影	技のつながり(構成の工夫) ・「動」と「静」動きのメリハリ
	40	学習の振り返り 次時の確認 片付け		学習の振り返り 次時の確認	ビルドアップシート(学習計画)の確認・修正			ビルドアップタイム③ 交流活動
	50	学習の振り返り 次時の確認 片付け		学習の振り返り 次時の確認	学習の振り返り 次時の確認 片付け			単元のまとめ
	指 導	知識	①					
		技能		①		②		
		思考力			①	②	①	
		態度	①					①
評 価	知識	①					総合的評価	
	技能					①		
	思考力			①	②	①		
	態度		①					

単元の評価規準

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①器械運動には、多くの技があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことについて、言ったり書き出したりしている。	①回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うことができる。 ②回転系や巧技系の基本的な技、発展技の中から、いくつかの技を「はじめ-なか-おわり」に組み合わせて行うことができる。	①提供された練習方法から、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ②ビルドアップタイムを通して仲間の課題や出来映えを伝えている。	①練習の補助をしたり仲間に助言をしたりして、仲間の学習を援助しようとしている。

エ 授業の実際と考察

(7) つかむ段階 (1/7~3/7)

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単元目標と自己の課題を結び付け、課題解決に向けた学習の進め方を構想することができるようにする (計画力)</li> <li>・自己の課題を振り返り、次の時間に向けて改善点を見つけることができるようにする (評価力)</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・オリエンテーション</li> <li>・感覚づくり運動</li> <li>・基本的な技を滑らかに行う学習</li> <li>・試技</li> <li>・ビルドアップタイム① (学習計画の立案)</li> </ul>
主題解明の 方途	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビルドアップタイム① (ビルドアップシート)</li> <li>・各段階のねらいに応じた教師支援の工夫 (主導的支援)</li> </ul>

a 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫 (主導的支援)

つかむ段階における教師支援では、単元目標と学習の流れを理解し、自己の課題を意識しながらビルドアップタイム①で学習計画を立てられるようにすることをねらいとして、教師が学習の方向性と活動内容を明確に示す主導的支援を行った。

第1時ではまず、単元目標や流れを理解し、学習の見通しを立てることをねらいとして、スライド資料を用いて既習事項と事前アンケートの結果を共有した。アンケートから「去年よりできる技を増やしたい」、「友達と協力したい」といった意欲的な記述を取り上げ、それらを踏まえて単元目標を「チャレンジ&サポートで美しい演技を完成させよう」と設定し、単元計画表で7時間の大きな流れを提示した【資料23】。

次に、倒立や回転技に必要な体の使い方を身に付けるために、W-UPとして感覚づくり運動を行った。また、自己の現状を把握するために、前転・後転・倒立・倒立回転の4つの系統から2つの技を選んで試技を実施した。その際、実施者・補助者・撮影者の役割を分担し、モデル映像との比較を通して自己の動きを客観視できるようにした。

最後に、振り返りでは、試技シートを用いて「回転するときに膝が伸びていない」など自己分析する記述や、「回転の勢いをもっと付くと、よりきれいに見える」といった仲間にアドバイスを

単元目標	知識及び技能	思考力・判断力・表現力	学びに向かう力・人間性
	器械運動の特性や技の名称・行い方、関連する体力などを理解し、技ができる喜びを味わいながら、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行い、身体を鍛えた技や発展技、それらの組み合わせをよりよく行うことができる。	自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。	器械運動に積極的に取り組むとともに、仲間のよい演技や挑戦を認め合い、学習を支え合いながら、一人一人の違いや課題に応じた取り組みを大胆にし、健康や安全に気を配ろうとすることができる。
単元のゴール		チャレンジ&サポートで「美しい演技」を完成させよう！	
時間	めあて	活動内容	備考
1 時間目 10/20(月)	マット運動の特性を理解し、学習への見通しをもとう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単元計画の確認</li> <li>・感覚づくり運動</li> <li>・試技①(2種類の技を選択) ※動画撮影</li> <li>★4つの技群(前転/後転/倒立/倒立回転)から2種類の技を選択して実施する</li> </ul>	
2 時間目 10/22(水)	基本的な技をスムーズに行うためのポイントを考えよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単元計画の確認</li> <li>・感覚づくり運動</li> <li>・基本的な技の実施</li> <li>・試技②(2種類の技を選択) ※動画撮影</li> <li>・学習計画を立てる</li> </ul>	5人グループで試技を実施する
3 時間目 10/24(金)	単元のゴールをクリアするための学習計画を立てよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>(3種類の技を組み合わせる)</li> <li>技の構成を「はじめ-なか-おわり」で考える(試技を通して明らかになった課題を解決し、単元ゴールを達成するための計画)</li> </ul>	
4 時間目 10/27(月)	試行錯誤しながら、自分に合った方法で技を高めよう①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の計画に沿ったw-up</li> <li>【反復練習や技の構成をつくる時間】15分</li> <li>・学習計画に基づいて自分で活動</li> <li>○ビルドアップシート</li> </ul>	自由進捗学習
5 時間目 10/29(水)	試行錯誤しながら、自分に合った方法で技を高めよう②	<ul style="list-style-type: none"> <li>【多くの技に挑戦して評価し合う時間】10分</li> <li>・試技グループで活動</li> <li>○学習デザインシート</li> <li>・ビルドアップタイム(5分)</li> <li>→アンケートで「学び方」を振り返る</li> </ul>	自分の課題を自分のペースで解決する ↓ 同じ課題を持つ仲間や試技グループの仲間と協力して課題を解決する
6 時間目 10/31(金)	グループ内発表会を通して、演技の完成度を確認し合おう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の計画に沿ったw-up</li> <li>【反復練習や技の構成をつくる時間】15分</li> <li>・ビルドアップタイム(5分)</li> <li>→アンケートで「学び方」を振り返る</li> <li>・試技グループでの発表会(5人×6)</li> <li>・自己評価(グループでの相互評価)</li> </ul>	
7 時間目 11/5(水)	発表会を通して「美しい演技」を披露しよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表会(10人×3)</li> <li>・3種類の技を組み合わせた「美しい演技」</li> <li>・単元のまとめ</li> </ul>	

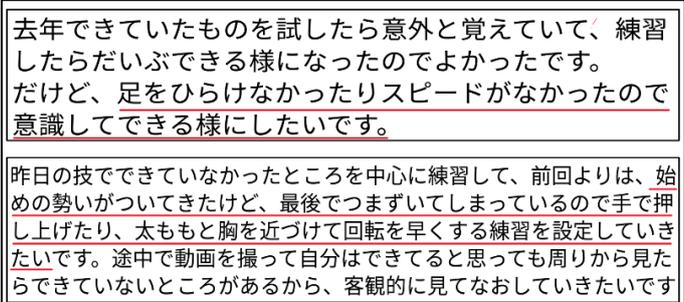
【資料23 マット運動単元計画表】

伝える記述が見られた。

第2時ではまず、自己の現状を振り返り、課題を明確にできるようにすることをねらいとして、前時の試技映像を全体で振り返ったうえで、「美しい演技に近づくために意識するポイント」を問う発問を行った。生徒からは「曲げる・伸ばすのメリハリ。」「着地を止める。」といった視点が出され、それらを踏まえ、開脚前転のモデル映像を例に演技を「準備—主要—終末」の3局面に分け、着手の仕方や順次接触などのポイントを説明した。

次に、感覚づくり運動の後に基本的な技の練習場面を設定し、「準備—主要—終末」を意識して繰り返し練習するよう指示した。

最後に、第1時と同様に試技シートで振り返りを行い、「太ももと胸を近づけて回転を速くする練習をしたい」など、課題を具体化し、次の学習に活かそうとする記述の変容が見られた【資料24】。



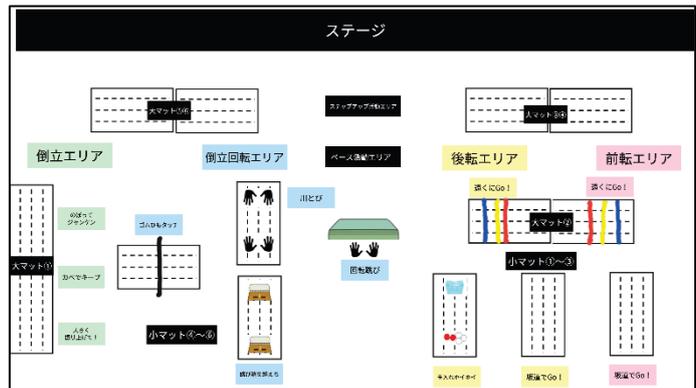
【資料24 試技シートの振り返り記述の変容(上:第1時 下:第2時)】

### b ビルドアップタイム①(ビルドアップシート)

第3時では、自己の課題に応じた学習計画を作成し、課題解決への見通しを立てることができることをねらいとして、ビルドアップタイム①を設定した。

まず、前時までの試技を基に自己の課題を再確認するために、3つの技の組み合わせをイメージしながら再度試技を行った。また、演技を構成する視点をもつために、技の選択だけでなく、技同士をつなぐ「つなぎ技」についても試技を実施した。

次に、自己の理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるようにするため、「学び方」の視点をモニターに提示し、学習計画を立てる際のポイントを全体で共有した。続いて、検証授業Iと同様に、ベース活動とステップアップ活動の内容や活動場所を分けたマット設営についての説明を行った【資料25】。ビルドアップタイム①では、資料の使い方と学習計画を立てる際の確認事項を全体で



【資料25 マット設営図(第4~6時)】

確認した後、自己の課題に応じてビルドアップシートに学習計画を作成する時間を設定した。ベース活動では鍛錬カードを使用し、支持・回転・バランス・姿勢保持といった技の基礎となる感覚づくり運動を、レベル別に選択して練習できるようにした【資料26】。ステップアップ活動では、技の構成を試す活動を選択できるようにした。生徒は、自己の課題からカードを選択しながら、ビルドアップシートに3時間分の学習計画を作成した。



【資料26 鍛錬カード】

最後に、振り返りでは、試技で明らかになった課題を基に次時以降の学習を調整しようとする記述や、検証授業Iでの学びを活かそうとする記述が見られ、ビルドアップタイム①を通して、

課題解決への見通しを立てようとする姿が見られた【資料27】。

またバスケの時はあまり見通しが持ててなかったのが反省なので、今回は自分の課題を最初の2時間の試技で見つけられたので、それをもとに細かく計画を立てられたのでよかったです。

後転では、胸と太ももが離れすぎていて、丸くなって周り切れていないことと、勢いが足りなくて止まりそうになりかけることが課題だと思っているので勢いよく回れるように、後転の鍛錬カードを取り入れました。

試技を通して見つけた課題

次時以降の学習内容

【資料 27 第4時の振り返り記述（一部抜粋）】

### 結果と考察（1／7～3／7）

- 「教師による助言やモデル提示が、自分の課題を見つけ、動きを改善するのに役立ったか」という質問に対して、すべての生徒が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、第2時で、前時の試技映像を全体で振り返った際、演技を3局面に分け、着手の仕方や順次接触のポイントを共有する場の設定をしたことで、技のポイントや体の使い方の具体的なイメージが湧き、基本的な技を滑らかに行う際の視点につながったと考える。また、振り返りにおいて、【資料27】のように、具体的に自己の課題を分析し、次の学習に活かそうとする記述の変容が見られた生徒は全体で73%であった。これらのことから、自己の課題を振り返り、次の時間に向けて改善点を見つける力（評価力）を高めるうえで、教師主導の支援を仕組んだことは、有効だったと考える。
- 「マット運動の単元計画を確認し、学習計画を立てたことは、課題解決への見通しを立てることに役立ったか」という質問に対して、すべての生徒が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、「自分の課題に合わせて練習メニューを自由自在に変えられたのも学習しやすかった」、「目標を立てていたが、目標達成できなかった時に次も同じ目標でやるっていう見通しを立てることができた」など、活動のイメージを具体的に持つことができている記述が見られた。また、第3時の振り返りにおいて、「同じ課題を持っている友達とアドバイスし合っで学習を進めていきたい」など、検証授業Ⅰと比較して、より具体的にビルドアップシートに課題解決への見通しを立てている生徒が全体で63%いた。これは、試技シートでの映像分析や友達のアドバイスから、自己の課題を客観的に見つめ直すことができたからだと考える。また、モデル映像との比較により、自身が目標とする姿がイメージしやすくなったことで、学習への見通しをより具体的に考えることができたからだと考える。これらのことから、単元目標と自己の課題を結び付け、課題解決に向けた学習の進め方を構想する力（計画力）を高めるうえで、ビルドアップタイム①を仕組んだことは、有効であったと考える。

### (イ) 目指す段階（4／7～6／7）

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題に応じて、学習の進め方について見通しを立てることができるようにする（計画力）</li> <li>・課題に応じて練習方法を調整することができるようにする（実行力）</li> <li>・活動を振り返り、次の時間に活かすための改善点を見つけることができるようにする（評価力）</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習計画に基づいた活動（ベース活動・ステップアップ活動）</li> <li>・ビルドアップタイム②（学び方の振り返り）</li> <li>・学習デザインシートの作成                      ・グループ内発表会</li> </ul>
主題解明の 方途	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビルドアップタイム②（アンケートによる「学び方」の可視化）</li> <li>・各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）</li> <li>・学習デザインシート</li> </ul>

### a ビルドアップタイム②（アンケートによる「学び方」の可視化）

ビルドアップタイム②では、学習計画に基づいて学習を進める中で、理解度や習得状況に応じて学習内容と方法を調整できるようにすることをねらいとした。

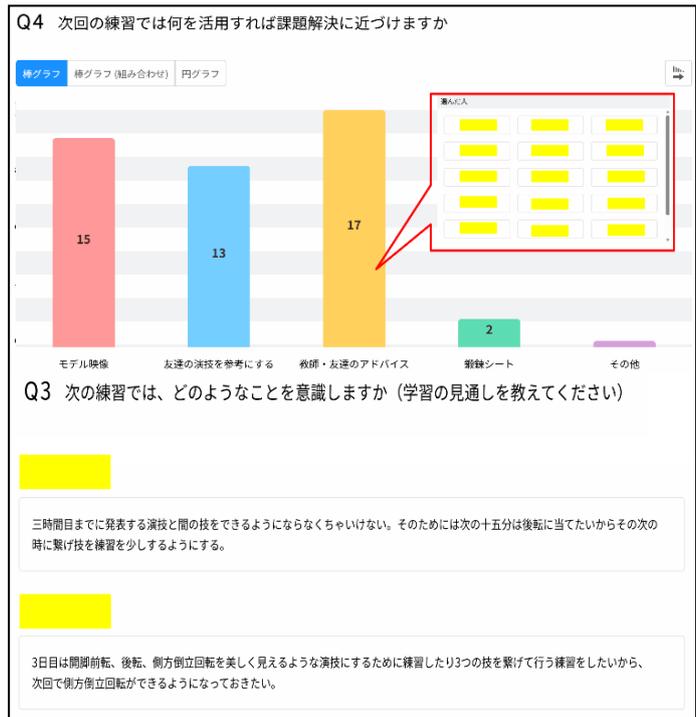
まず、検証授業 I と同様に、ビルドアップシートに基づいてベース活動とステップアップ活動を15分間実施した。

次に、他者の進捗状況や学習状況を把握できるようにするために、ロイロノートのアンケート機能を活用した。グラフを選択すると回答者を見ることができ、記述内容も閲覧することができる【資料28】。この機能を活用し、お互いの状況を比較しながら、「『友達のアドバイス』を選んでいるから、次の練習でも補助に入るよ。」など、必要な支援を共有する姿が見られた。

振り返りでは、次時からの活動の見通しを立てるために、ビルドアップシート

の確認と修正を行う時間を設定した。計画していた活動を実際に行ってみての成果や課題をビルドアップタイム②で振り返り、「単元目標が美しい演技をすることなので、つなぎ技で回転するのではなく、水平バランスで美しく見せるようにします」、「発表会までに、向きを変えるときにメリハリをつける練習をする」など、学習の進捗状況を踏まえ、課題解決に向けて自己の学習を調整しようとする記述が見られた。また、質問項目「課題を解決するために、次の練習ではどのようなことを意識するか」では、自己の課題解決への見通しがより具体的になっていく記述の変容が見られるようになった【資料29】。

【資料30】は、生徒Cのビルドアップシートである。第3時の学習計画では、新しい技「前方倒立回転跳び」に仲間と挑戦し、できるようになることを目標としていた。しかし、第4時の振り返りで自分の演技の動画を分析した結果、「倒立前転」と「開脚後転」が十分にできていないことに気付いた。そこで、映像から把握した課題を踏まえ、次時の学習計画を「新技への挑戦」から「基礎的な技の習得」へと修正した。第5時の学習計画では、当初ベース活動（後ろに転がる鍛錬メニュー）5分、ステップアップ活動（表現を磨く練習）10分としていたが、前時の振り返りを受けて単技（ベース活動）の練習時間を10分に増やすなど、時間配分を変更した。また、第5時の振り返りでは、単技の出来映えだけでなく、演技全体の動画を見返し、「つなぎ技」、「着地」など「美しい演技」の視点から振り返る様子も見られた。さらに第6時の振り返りでは、技の組



【資料28 アンケート機能（ロイロノート）】

ビルドアップタイム② 1回目記述（第4時）	課題の把握
自分の目標は側方倒立回転をできるようにすること開脚前転と後転をスムーズにできるようになることなので全体的に練習をした。開脚前転は割ときれいになったと思うけど、後転がスムーズに回り切れてなく着地ができておらず、側方倒立回転は形が足が全然上がってないため、次回はそこに気をつける。	
ビルドアップタイム② 2回目記述（第5時）	課題解決に向けた方略選択
自分の目標は、技をスムーズにすることと側方倒立回転をできるようにすることなので、今日は側方倒立回転をする時に足が上がっていないの解消するために壁倒立で足を上げられるように練習した。側方倒立回転と壁倒立では感覚がちがうかもしれないので次は側方倒立回転の練習をしながら足を上げられるように練習する。	
ビルドアップタイム② 3回目記述（第6時）	より具体的な課題把握につなげる
自分の目標は側方倒立回転の形ができるようになることと後転をスムーズにできるようになることなので、どちらも練習するよう計画を立てた。 側方倒立回転は最初に比べたらできて思うが、まだ足が曲がっていたり、体を肩で支えることができず腰が斜めになっている。 後転はスムーズにできておらず頭でつかかっており、着地の際に足で立つことができていない。 3つの技を繋げてやる時は、緊張して、焦ってしまい練習の時にうまくいったことができなくなっていたので、焦らずにやる。	

【資料29 ビルドアップタイム②におけるアンケート記述の変容】

み合わせを工夫する練習を通して、技の順番を入れ替えたり、仲間や教師からの助言を取り入れたりしながら、演技全体の完成に向けて試行錯誤を重ねている姿が見られた。

### b 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）

目指す段階における教師支援では、自己の学習計画に基づいて活動を進めながら、必要に応じて学習内容や方法を見直せるようにすることをねらいとして、学習状況に応じて適宜、軌道修正を促す伴走的支援を行った。

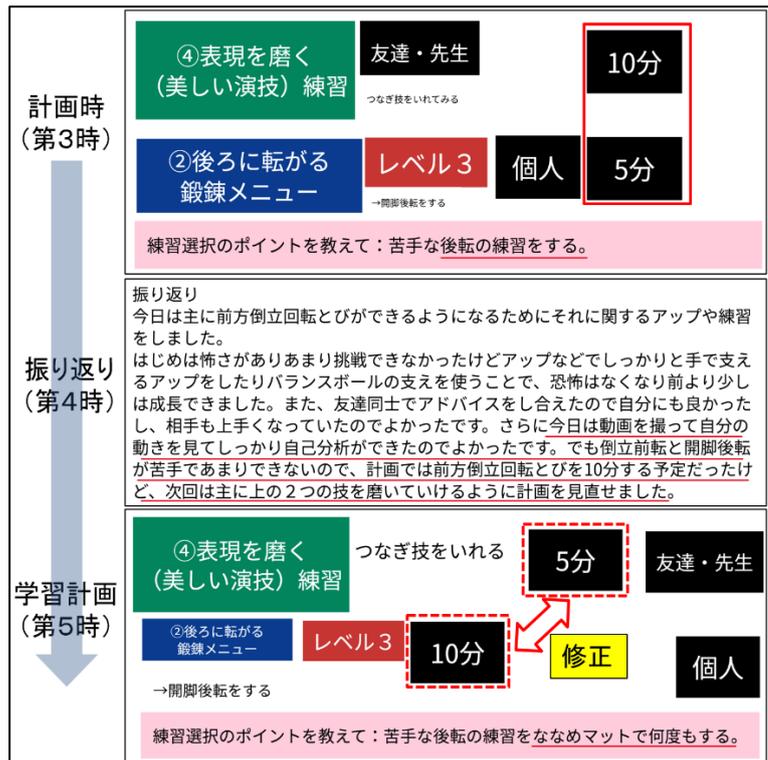
まず、活動内容と課題意識が結びつくように、ビルドアップシートを確認する際に、「今日の学習で『どこまでできるようになりたいか』を隣の人に説明してみよう。」といった問いかけを行った。その結果、「ゴム紐タッチで補助をし合おう。」「倒立で足を持ち上げてほしい。」など、同じ活動を選んだ生徒同士が役割や関わり方を話し合う姿が見られた。活動中は、計画に基づいて進める様子を見取りながら、「その補助の仕方なら、友達も怖くなく挑戦できそうだね。」「今の倒立回転は腕が伸びてきたので、その感覚をもう一度意識してみよう。」といった助言を行い、課題解決に向けた支援を行った【資料31】。

次に、学習内容と方法を見直し、課題解決に向けて活動を調整できるようにするために、ビルドアップシートに基づいて活動する様子を巡回し、「回転の速さを上げるために着手位置はどうすればよいか。」「演技をどのように構成すれば美しく見えるかな。」といった問いを投げかけた。生徒は、演技の完成度を高めようと、反復練習を行ったり、動画を撮り合ったりしながら、課題解決に向かって取り組む姿が見られた。

最後に、目指す段階の最終日（第6時）に実施した「3時間分の学習計画の達成度」についての振り返りでは、「計画通りできた62%」、「だいたい計画通りできた38%」、「あまり計画通りできなかった0%」、「全く計画通りできなかった0%」という結果となった。回答には、「倒立の足が伸びるように、壁倒立ができた後は同じ技を練習している〇〇さんと補助をし合った」、「開脚後転を選んでいたら、伸膝後転を練習しているとできそうなので、構成を変えたい」など、自己の課題に応じて学習を調整しながら取り組もうとする記述が見られた。

### c 学習デザインシート

第4・5時の授業展開後半には、多くの技に挑戦することで自分に合った課題設定ができるようにするために、学習デザインシートを作成する時間を設定した。それぞれの立場から評価し合



【資料30 生徒Cのビルドアップシートの変容（3～5時）】



【資料31 伴走的支援の場面】

えるようにするために、①実施者②撮影者③アドバイザーの3つの関わり方で役割分担を行った【資料32】。生徒からは「倒立がまっすぐ伸びてきれいだから、3つの演技に組み込んでみたらどう。」「ロンダートの足がもう少し上がるように、次の練習ファイト。」など、お互いにアドバイスをを行う姿が見られた。また、4つの系統ごとに映像を整理し、うまくいった・いかなかった要因を可視できるようにした。その映像を参考に意見を出し合いながら評価を行い、現状の課題や技の高まりを共有する姿が見られた。

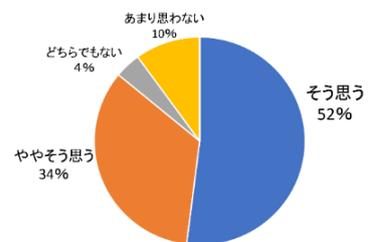


【資料32 3つの関わり場面】

### 結果と考察（4／7～6／7）

- 「ビルドアップタイム②（授業中盤でのアンケートによる振り返り）の活用は、自分の計画を見直したり、計画の修正を行ったりするのに役立ったか」という質問に対して、86%が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた【図15】。回答には「計画を立て直すときに、同じ目標をもつ友達と一緒に計画の修正を行った」、「途中で友達からアドバイスをもらうことで、後半の練習でそれを意識して取り組むことができた」といった記述が見られた。これは、計画した活動の進捗状況を他者と共有することで、今後の活動のイメージをより明確にもつことができたためだと考える。また、【資料29】のように第4時～第6時の記述では、自己の課題を捉え直し、課題解決に向けた見通しの変容が見られた生徒が全体の63%であった。これは、自己の映像とモデル映像との比較や、鍛錬カードを用いたレベル別の課題設定練習により、自身が目標とする姿をイメージしやすくなり、課題解決に向けた見通しをもったうえで、学習計画の修正内容を具体的に考えることができたためだと考えられる。これらのことから、課題に応じて練習方法を調整する力（実行力）を高めるうえで、ビルドアップタイム②においてアンケートによる「学び方」を可視化したことは、概ね有効であったと考える。
- 「教師によるヒントやアドバイス等の支援は、自分の課題を見つけ、動きを改善するのに役立ったか」という質問に対して、すべての生徒が「そう思う」、「ややそう思う」と回答していた。回答には、「技を美しく見せるポイントを教えてくれて、意識すると動きが変わるから」、「技の指導だけでなく、自分が立てた計画についてもアドバイスがもらえるから」など、技の習得と学習計画の双方に言及する記述が見られた。これは、教師が生徒の活動に短時間介入し、「どのような点を意識して技を行うとよいか。」「立てた計画は課題解決につながっているか。」といった視点を意識させたことで、自己の動きと学習計画を関連付けて振り返り、「できた理由」の根拠を考えたり、「次の学習に活かすポイント」を見い出したりできるようになったためだと考える。このことから、活動を振り返り、次の時間に活かすための改善点を見つける力（評価力）を高めるうえで、教師による伴走的支援を位置づけたことは有効であったと考える。
- 「学習デザインシートは、多くの技に挑戦し、自分に合った課題設定をすることに役立ちましたか」という質問に対して、肯定的に捉える生徒が過半数を占めた一方で、45%が中立的、または否定的な回答であった【図16】。これは、シートが4つの系統を一覧化する構造であったため、

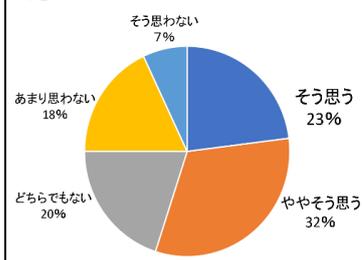
ビルドアップタイム②(授業中盤でのアンケートによる振り返り)の活用は、自分の計画を見直したり、計画の修正を行ったりするのに役立ったか



【図15 アンケート結果】

実施後の振り返りが「できる・できない」の判断にとどまり、本単元でのねらいであるつなぎ技や演技全体の流れといった「美しい演技に向けた改善の視点」に思考が結びつきにくかったことが要因であったと考える。また、実施者・撮影者・アドバイザーの3つの関わり方から取り組みを行ったが、頻繁な交代が入り、全員に十分な活動時間を確保できなかったため、技への挑戦から課題解決への見通しを立てることが十分にできなかったと考えられる。これらのことから、課題に応じて、学習の進め方について見通しを立てる力（計画力）を高めるうえで、学習デザインシートを使用したことは、限定的であったと考える。

学習デザインシートは、多くの技に挑戦し、自分に合った課題設定をすることに役立ったか



【図 16 アンケート結果】

#### (ウ) 活かす段階（7／7）

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題を振り返り、技の順序やつなぎ方を工夫して演技に構成することができるようにする（実行力）</li> <li>・単元を通して、身に付けた技の高まりを振り返ることができるようにする（評価力）</li> </ul>
活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表会</li> <li>・ビルドアップタイム③（交流活動）</li> </ul>
具体的支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビルドアップタイム③（交流活動）</li> <li>・各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）</li> </ul>

##### a ビルドアップタイム③（交流活動）

ビルドアップタイム③は、これまで身に付けた力を実践で活用し、他者評価を通して学習の成果を共有することをねらいとして、きょうだいグループによる発表会を通じた交流活動として位置づけた。

まず、活動への見通しを立てるために、発表会とビルドアップタイム③の流れを確認し、「演技を見たら仲間の演技に称賛の拍手を送ること」と「ロイロノートの付箋で称賛メッセージを送り合うこと」の2点を全体で共有した。その後、きょうだいグループ（10名×3）で発表会を行い、3つの技とつなぎ技を組み合わせる美しい演技を目指そうとする姿が見られた。また、きょうだいグループだけでなく他グループの発表も同時に見られるよう、マットを三角形型に配置したことで、きょうだいグループの演技が終了した後も他グループの演技に対して称賛の拍手が起こるなど、仲間の演技を認め合う姿が見られた【資料33】。

次に、撮影した映像をロイロノートに貼り付けた後、これまでの学習の成果を文字で共有するためにビルドアップタイム③を行った。検証授業Ⅰでは対話中心の交流であったが、本単元では、一人一人の技の高まりを可視化することをねらいとして、きょうだいグループの演技者に対して付箋による称賛メッセージを貼り付ける方法を採用した【資料34】。「きれいに着地ができていてすごかった」、「倒立前転では、倒立姿勢で一度止まっていた」、「つなぎ技でバランスを保ててい



【資料 33 発表会の様子】

倒立前転の時に足がしっかり伸びていて止まれている、側方倒立回転でも足が上がっていてとっても綺麗になっていていいと思いました。水平バランスでもまっすぐ水平にキープできていたので綺麗でした。開脚後転もしっかり足がひらけていて、その後の最後もしっかりと手が伸びていて「静」も綺麗でした。

【資料 34 交流活動での称賛メッセージ】

た」など、一人一人の演技のよさや出来映えを、単元目標である「美しい演技を完成させる」という視点から捉えた記述が見られた。

#### b 各段階のねらいに応じた教師支援の工夫（伴走的支援）

活かす段階における教師の伴走的支援では、生徒が発表会に安心して臨み、仲間からの称賛や自他の振り返りを通して、自己の学びを前向きに捉えられるようにすることをねらいとした。

まず、活動への見通しを立てるために、ビルドアップタイム③の実施方法の確認を行った。具体的には、演技後に仲間を称賛する拍手や、ロイロノートの付箋でメッセージを送り合う活動があることを共有し、「美しい演技のポイントとして『技の構成』と『動・静のメリハリ』に注目してみよう。」と伝えた。

次に、発表会中、各グループを巡回し、「今の倒立前転は止まり方がきれいだったね。」「つなぎでバランスをよく保っていたよ。」といった肯定的フィードバックを行い、生徒同士の称賛のモデルを示した。また、付箋メッセージを書く際は、「どの場面がよかったのか。」「どのあたりが『美しい演技』につながっていたか。」を問いかけ、演技構成の工夫や技能の高まりに視点を向けたコメントになるように助言を行った。

最後に、振り返りでは「時間配分を工夫したこと」、「技の完成度を高めよう意識したこと」、「仲間や教師のアドバイスへの感謝」などの記述が見られ、自己の学習を肯定的に位置づけながら単元目標と関連付けながら振り返る姿が見られた【資料35】。

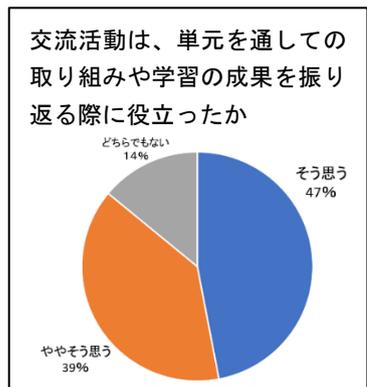
今まで挑戦してこなかった技にチャレンジし、たくさん先生や友達からアドバイスを積極的にもらうことができました。そして美しい演技ができるようになっすぐ着地ができてないところがあったり足が曲がっていた場面があったりするところを一つ一つ直して一つ一つの技の完成度を上げられたと思いました。計画がうまくいかなかった時もあったけど、側方倒立回転が特に成長できて完成した状態で発表会ができて嬉しかったです。今回は去年と違い、向上心を持って取り組むことができ、マットへの恐怖心はだいぶなくなって、楽しかったです。

——— 単元目標と関連した部分      - - - - - 自己の学習を肯定的に位置づけた部分

【資料 35 第7時の振り返り記述】

#### 結果と考察（7/7）

- 「交流活動は、単元を通しての取り組みや学習の成果を振り返る際に役立ったか」という質問に対して、86%が「そう思う」、「やや思う」と回答していた【図17】。回答には、「うまくいった技を褒めてもらえて、今までの努力を振り返ることができた」、「意識してきたポイントを友達に具体的に評価され、成長を実感できた」といった記述が見られた。これらは、発表会が単に学習成果を披露する場にとどまらず、互いの努力や工夫を言葉で振り返り、認め合う活動として機能していたといえる。また、称賛メッセージを付箋で伝え合うことにより、各自が意識してきた改善点が他者の言葉として可視化され、次の課題を見通す評価・内省の視点へつながったと考える。これらのことから、単元を通して、身に付けた技の高まりを振り返る力（評価力）を高めるうえで、ビルドアップタイム③は有効に働いたと考える。



【図17 アンケート結果】

- 活かす段階における伴走的支援の有効性を振り返り記述から分析すると、「最初はできなかった側方倒立回転を諦めずに練習できた」、「去年はできる技を行う程度だったが、今年は新しい技に挑戦してみた」といった記述も見られた【資料36】。これらは、結果としての「できる・できない」とどまらず、技に到達するまでの過程や時間配分、教師や仲間のアドバイスに目を

向けることで、自己の技の高まりを肯定的に捉えるようになっていたという思考の変化がうかがえる。このことから、活かす段階における伴走的支援を位置づけることは、課題を振り返り、技の順序やつなぎ方を工夫して演技に取り組むことができる力（実行力）を高めるうえで、有効に働いたと考える。

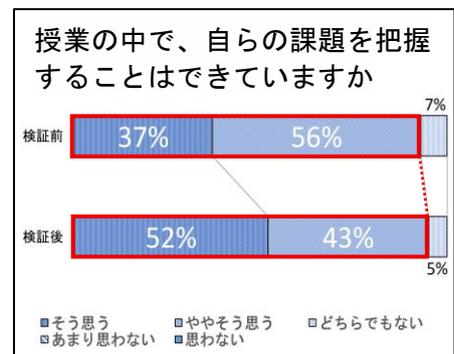
やったことがなく最初にできなかった技（側方倒立回転）を諦めずに練習できたから。  
 先生にアドバイスをもらったり、友達に手伝ってもらって、どうやったらうまく出来るのかを考えながら取り組むことができた。  
 毎授業の目標の設定も、現段階の進行具合を考えて次の時間はどのような時間配分やどのような練習をしたらいいのかを考えて練習することが出来た。  
 去年のマット運動ではある程度形は出来るものを練習して形をもう少し綺麗にするような感じで取り組んでいたけど、今年は新しい技に挑戦してやり抜いたし形は出来るようになっていたと思うので良かった。

【資料 36 第7時での振り返り記述】

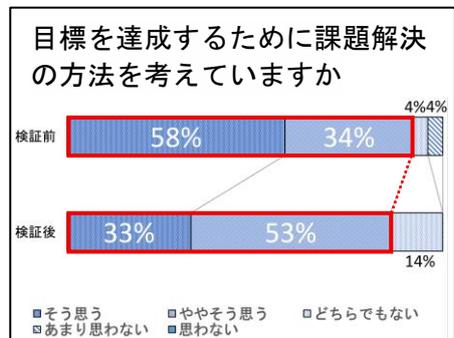
## オ 本単元の全体考察

### (7) 計画力

検証前と検証後に「計画力」に関するアンケートを行った。「授業の中で、自らの課題を把握することはできていますか」の質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前93%、検証後95%で2ポイント増加した【図18】。回答には、「友達からアドバイスをもらったことで、できていない点があった」、「練習中に先生や友達の意見を聞いて、自分の映像で動きの確認をした」などの記述があった。これは、試技シートを活用し、自己の動きを客観的に分析した後に、ビルドアップタイム①で学習計画を作成したことで現状の動きから課題解決への見通しが具体的に立ったのではないかと考える。また、「目標を達成するために課題解決の方法を考えていますか」の質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前92%、検証後86%で6ポイント減少した【図19】。回答には、「技ごとの練習場所があって、その場所の使い方も動画であったので、練習のイメージができた」などの記述が見られた。一方で、「今できそうな技を美しく完成させる方法は考えたが、『できない技をどうすればできるようになるか』を考えるとできなかった」といった記述も見られた。これは、ビルドアップタイム①を通して具体的な課題解決の見通しを立てることはできていたが、目指す段階での学習デザインシートの有効性が限定的であったため、「技への挑戦から課題を見い出す」とことと、「美しい演技に向けた改善の方略」といった2つの視点が結びつきにくかったのではないかと考える。このことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を行ったことは、課題を設定し、解決方法の見通しを立てることができる生徒の姿に迫るうえで、概ね有効に働いたと考える。



【図 18 検証前後のアンケート結果】



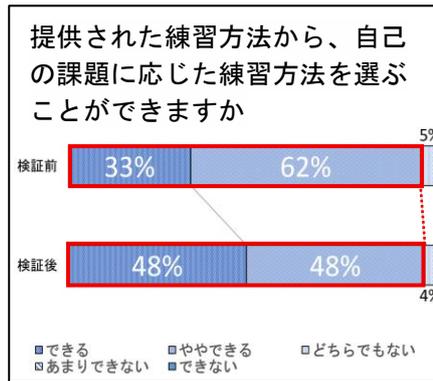
【図 19 検証前後のアンケート結果】

### (4) 実行力

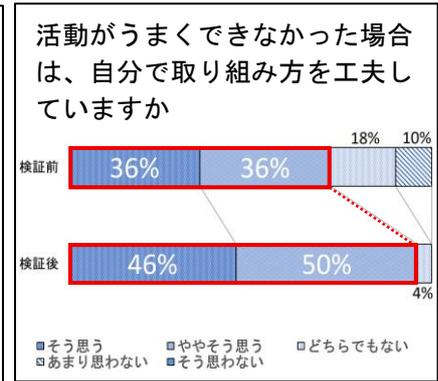
検証前と検証後で「実行力」に関するアンケートを行った。「提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができますか」の質問では、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が検証前95%、検証後96%で1ポイント増加した【図20】。また、「活動がうまくできなかった場合は、自分で取り組み方を工夫していますか」の質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前72%、検証後96%で24ポイント増加した【図21】。回答には、「初めに選んでいた技

をアドバイスもらいながら練習したがうまくいかず、単元目標を達成するために『できる技をより美しくする』計画に変更した」、「側方倒立回転ができるようになるために、壁を使って足を上げる練習など、自分の課題を克服するために試行錯誤しながら練習した」などの記述が見られた。これは、ビルドアップタイム②での振り返りや伴走的支援での肯定的なフィードバックを通して、計画していた学習を他者との共有やアドバイスを基に客観的に見直し、課題に応じて練習方法を選び直すなど学習の調整がしやすくなったことで、試行錯誤の過程がより適切な練習の継続につながったのではないかと考える。

また、生徒Dの変容を見てみると、第1・2時の振り返りでは「前転や後転の小さなポイントでも時間をかけて直したい」、「胸と太ももを近づけることを意識して回る」、「側方倒立回転を3つの技の一つに入れられるように頑張りたい」といったように、自己の課題と練習方法を結び付けて振り返りを行っている。第5時には、側方倒立回転の課題である「足を上げること」に対してゴム紐タッチや壁倒立を自ら計画し、ビルドアップタイム②での振り返りを踏まえて、授業の中で仲間や教師から助言をもらいながら練習方法を調整している【資料37】。第7時の振り返りでは、「これまでマット運動は自分には無理だと思い挑戦してこなかったが、今回の単元では初めて自分からうまくなりたいと思うことができた。綺麗な技を追求し、最終的に側方倒立回転が上手に回るようになった」と記述しており、課題に向けて主体的に練習を継続しようとする姿へと



【図20 検証前後のアンケート結果】

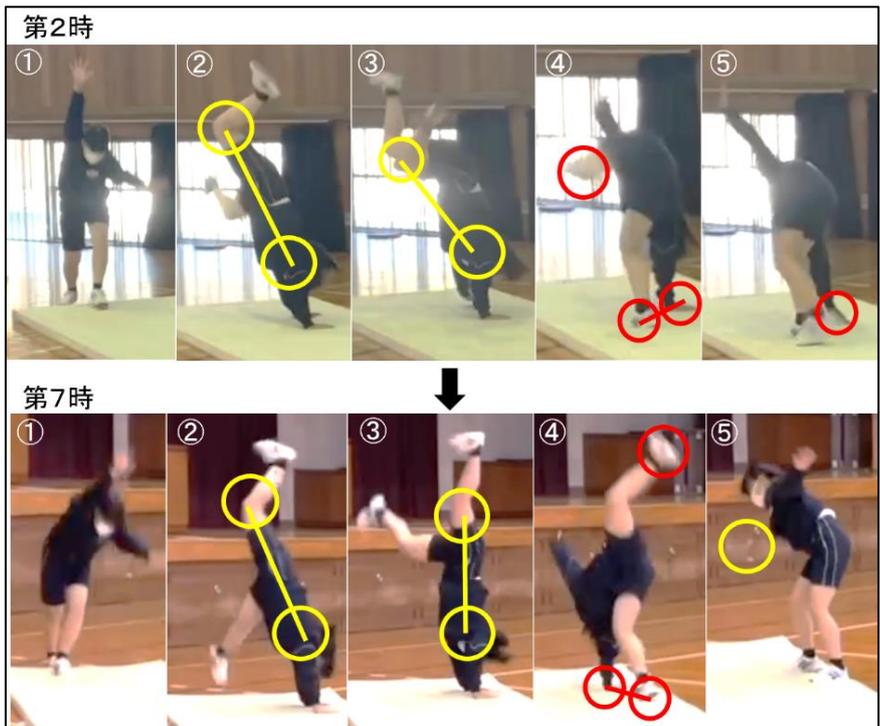


【図21 検証前後のアンケート結果】

### 第5時(振り返り)

振り返り  
 今日の練習では、側方倒立回転の技ができるようになるために私の最大の課題だった足を上げるためにゴム紐タッチを計画していました。でも足を上げる練習をするためにと思い、壁倒立もしました。最初は壁倒立も勢いが足りなく、足も曲がってうまくいかなかったけれど、この授業中にできるようになってよかったです。ゴム紐タッチでは頭くらいまでなら足が上がっている時もあることがわかりました。今の課題は足をあがっていないのは少し改善されて、上まで足を上がった時に失速してしまうことなので最初の一步をしっかり踏み込んで、上に足が行った時に足が曲がらないように伸ばして回るようにしたいです。まだ時間がかかりそうなので次の時間、その次の時間に時間があるなら側方倒立回転に回したいと思いました。今日は先生にアドバイスをもらったり、友達にアドバイスをもらって、1人ではわからないことでも聞くことでどんどん改善に進んでいけたのでよかったです。次の練習時間では後転を中心とした練習なので、胸と太ももをくっつけて綺麗に回れるように失速をせずに立ち切れるようにしたいです。

【資料37 生徒Dの第5時の振り返り記述】



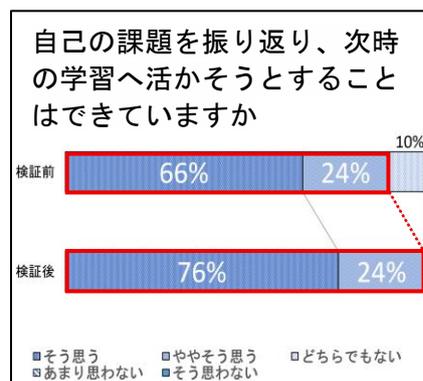
【資料38 生徒Dの動きの変容】

変容していく様子が見られた。また、第2時と第7時の演技の比較からも、第2時には足の振り上げが不十分で着地が不安定であったのに対し、第7時には肩・腰・足首が一直線にそろい、高く振り上げた脚と安定した着地が見られるなど動きの変容が見られた【資料38】。

これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、課題解決に向けて試行錯誤しながら運動に取り組むことができる生徒の姿に迫るうえで有効に働き、結果として、練習の調整が積み重なったことが動きの変容（技能の向上）としても表れたのではないかと考える。

#### (ウ) 評価力

検証前と検証後に「評価力」に関するアンケートを行った。「自己の課題を振り返り、次時の学習へ活かそうとすることはできていますか」という質問では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が検証前90%、検証後100%で10ポイント増加した【図22】。回答には、「先生のアドバイスから、技のイメージができたので、難しい技にチャレンジしてみようと思った」、「できるようになった技は、終わりの姿勢を変えてみようとか考えた」などの記述が見られた。これは、主導的支援を通して技のモデルを提示したことで、活動の方向性が明確になり、加えて、目指す段階における伴走的支援により、自己の到達状況を確認しながら、次時に向けて学習内容や方法を再検討・修正する視点が形成されたのではないかと考える。また、ビルドアップタイム③を通して、他者から技の高まりを認められることは、今後の学習においても、より肯定的に学習に活かしていく力へとつながるのではないかと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動を設定したことは、学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かそうとする姿に迫るうえで、有効に働いたと考える。

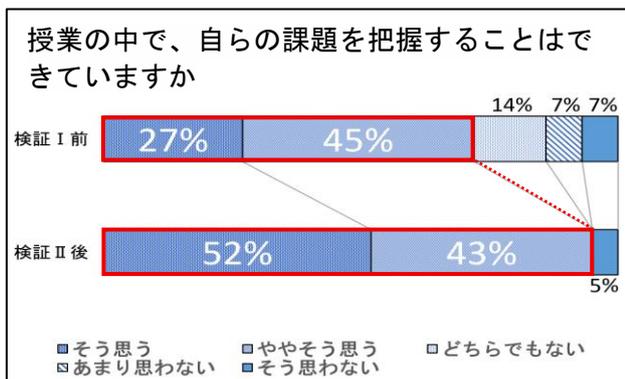


【図22 検証前後のアンケート結果】

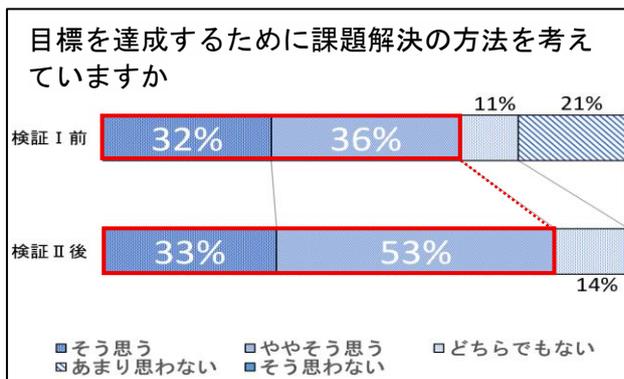
## 7 研究のまとめ

### (1) 課題を設定し、解決方法の見通しを立てることができる生徒（計画力）について

「授業の中で、自らの課題を把握することはできていますか」のアンケートでは、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が、検証Ⅰ前72%、検証Ⅱ後95%で23ポイント増加した【図23】。また、「目標を達成するために課題解決の方法を考えていますか」では、同様の回答が68%から86%へと18ポイント増加した【図24】。これは、ビルドアップタイム①で3視点から計画を可視化し、課題と解決方法を言語化できたためだと考える。さらに、学習デザインシートで到達基準や学習段階を共有したことで、現状と目標の差が明確になり、課題設定と見通しの形成が促進されたと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動は、課題を設定し解決方法の見通しを立てることができる生徒（計画力）の育成に有効であったと考える。



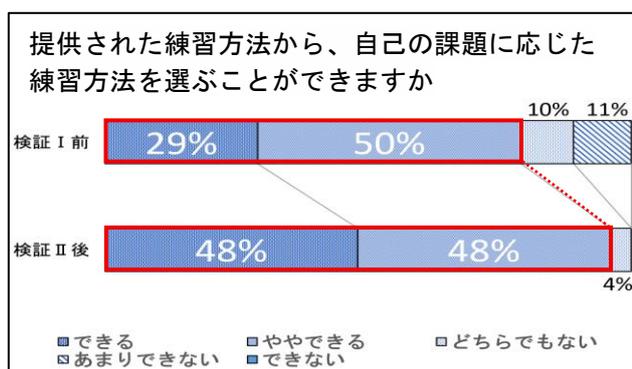
【図23 検証前後のアンケート結果】



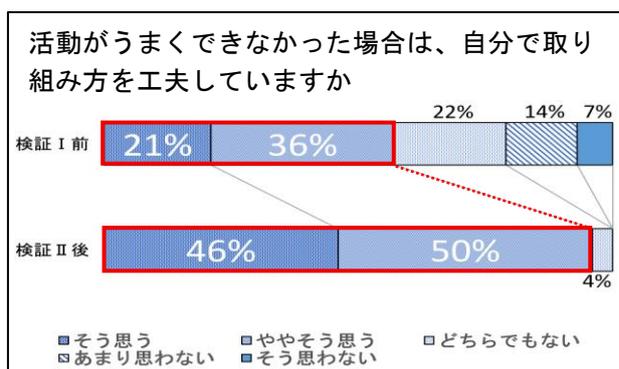
【図24 検証前後のアンケート結果】

### (2) 課題解決に向け、試行錯誤しながら、運動に取り組むことができる生徒（実行力）について

「提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができますか」のアンケートでは、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が、検証Ⅰ前79%、検証Ⅱ後96%で17ポイント増加した【資料25】。また、「活動がうまくできなかつた場合は、自分で取り組み方を工夫していますか」では、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が57%から96%へと39ポイント増加した【図26】。これは、ベース活動・ステップアップ活動の2つから、練習方法を選択できる形にし、課題に応じて再選択できる環境を整えたためだと考える。加えて、ビルドアップタイム②で学習の進捗状況を可視化し、次時の変更点（内容・方法・時間）について根拠をもって修正する機会を確保したことが、試行錯誤を伴う取り組みの継続につながったと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動は、試行錯誤しながら運動に取り組むことができる生徒（実行力）の育成に有効であったと考える。



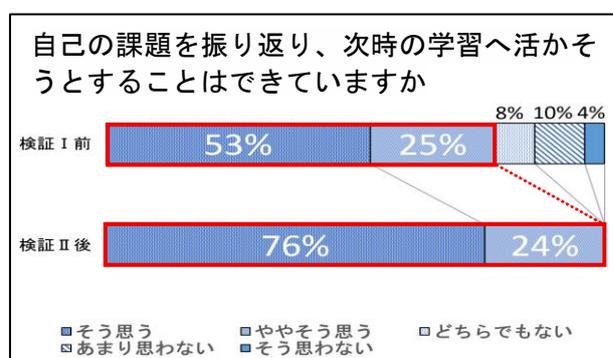
【図 25 検証前後のアンケート結果】



【図 26 検証前後のアンケート結果】

### (3) 学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かすことができる生徒（評価力）について

「自己の課題を振り返り、次時の学習へ活かそうとすることはできていますか」のアンケートでは、「そう思う」、「ややそう思う」と回答した生徒が、検証Ⅰ前78%、検証Ⅱ後100%で22ポイント増加した【資料27】。これは、ビルドアップタイム③の交流活動により、他者からの評価を通して自己の学びを捉え直す機会が確保されたためだと考える。また、つかむ・目指す段階において教師が課題解決への視点を明確化したことで、活かす段階での称賛や助言が学習成果として共有され、振り返りが次時の改善につながりやすくなったと考える。さらに、検証Ⅰでは交流の視点が課題発見に偏りやすかつたのに対し、検証Ⅱでは「よさ」に視点を置いたことで、仲間のよさを手掛かりに組みの成果を捉え直す交流が生まれた。その結果、「続ける点」と「改善する点」が整理され、振り返りを次時の学習へ接続する評価力の高まりにつながったと考える。これらのことから、ビルドアップタイムを位置づけた学習活動は、学習の進捗状況を振り返り、次の学習に活かすことができる生徒（評価力）の育成に有効であったと考える。



【図 27 検証前後のアンケート結果】

## 8 研究の成果と課題

### (1) 成果

- ビルドアップタイム①を設定したことで、試しのゲームや試技を手掛かりに自己の課題を具体的に言語化し、単元全体の見通しを立て、学習計画を作成・修正できるようになった。学習計画を軸に「課題把握→計画→修正」を回す仕組みとして、「計画力」を高めるうえで、一定の有効性が確認できた。
- ビルドアップタイム②および伴走的支援により、自己の課題に応じてベース活動・ステップアップ活動を選び替えながら、動きを修正しようとする姿が見られた。アンケート記述や生徒A～Dの事例からも、助言やフィードバックを基に取り組み方を調整し、試行錯誤を継続する「実行力」を高めるうえで、一定の有効性が確認できた。
- ビルドアップタイム③および伴走的支援により、自己の活動を振り返って「できた点・改善点」を具体化し、学習の成果を根拠をもって確かめようとする姿が見られた。評価力に関するアンケートや振り返り記述からも、助言や仲間の視点を手掛かりに達成度を捉え直し、学びを意味づける様子が確認できたことから、自己の学びを振り返り、今後の学習に活かそうとする「評価力」を高めるうえで、一定の有効性が確認できた。
- 単元を「つかむ・目指す・活かす」の3段階で構成し、学習計画の作成を軸に主導的支援と伴走的支援を組み合わせたことで、個別の課題に応じた学びと協働的に支え合う学びが両立した。記述にも「自分に合った練習」、「達成感」、「積極的参加」が見られ、自己の課題に向けて試行錯誤しながら動きを高めようとする姿に結び付いたことから、自己調整学習の観点による授業モデルの一案を示すことができた【資料39】。

【「何を」「どのように」「どの程度の時間をかけて」学んでいくか】といった学習をバスケットボールとマット運動で行いました。普通の授業と違う点が多くあったと思いますが、この授業スタイルで学べたことや授業の感想を教えてください。

①バスケットボールとマット運動の2つの授業を通して・・・

私は保体でうまくいかないことが多くあって苦手な教科でした。でも、自分に合った方法で練習していいとなって、同じ課題を持った人と一緒に練習ができたりして、「分からなかったな」でおわる授業がなく、達成感がすごくありました。自分が苦手としているものを好きのように練習をして良かったので、苦手だと思っていることを自分のペースで練習ができてとてもしやすかったです。その分、積極的に授業に参加することができました。なので自分にとってはすごくわかりやすく、成長しやすいスタイルでした。

【資料 39 生徒Dの検証授業終了後の振り返り記述】

### (2) 課題

- 交流活動では、単元目標に迫る動きに関する対話や称賛が見られた一方で、「できた・できない」といった感想的な発言にとどまる場面も見られた。そのため、改善点が「どの場面で」、「どの動きが」といった視点で具体化されにくく、交流における視点を十分に共有できなかった。今後は、交流の視点を「場面」と「動き」に結び付けて共有できるよう、特定の場面に焦点を当てたフィードバックを促す問いかけや、役割ごとに観察する視点を明示する手立てが必要である。
- ビルドアップシートや複数の学習シートは思考の可視化に有効であったが、1単位時間の活動量確保の面では、記述が苦手な生徒ほど入力に時間を要し、負担が大きかったと考える。また、オープンスキルとクローズドスキルで特性が異なる単元では、学習シートが十分に機能しない場面も見られた。今後は、シートの簡素化と、単元特性に応じた再設計が課題である。

## 引用・参考文献

- ・ 小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編 文部科学省 東洋館出版社 2018
- ・ 中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 総則編 文部科学省 東山書房 2018
- ・ 中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 保健体育編 文部科学省 東山書房 2018
- ・ 高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編 体育編 文部科学省 東山書房 2019
- ・ 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 中学校 保健体育 国立教育政策研究所 教育課程教育センター 東洋館出版社 2019
- ・ 「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～（答申） 中央教育審議会 2021
- ・ 学習指導要領の趣旨の実現に向けた個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実に関する参考資料 文部科学省初等中等教育局教育課程課 2021
- ・ 自己調整学習ハンドブック バリー, J, ジーマーマン・ディル, H, シャンク編 北大路書房 2014
- ・ (理論) 主体的な学習とは - そもそも論から「主体的・対話的で深い学び」まで - 溝上慎一 [https://smizok.com/education/subpages/a00019\(agentic\).html](https://smizok.com/education/subpages/a00019(agentic).html) 2017
- ・ 学研 学校教育ネット 中学体育実技動画&参考サイト [https://gakkokyoiku.gakken.co.jp/j\\_school/hokentaiiku/jitsugi\\_reiwa3/d-contents/](https://gakkokyoiku.gakken.co.jp/j_school/hokentaiiku/jitsugi_reiwa3/d-contents/)
- ・ 大学体育における自己調整学習の機能：適応感に及ぼす影響 須崎康臣 著 九州大学学術情報リポジトリ 2016
- ・ 中学校保健体育新 3 観点の学習評価完全ガイドブック 佐藤豊 編著 明治図書 2021
- ・ 「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実を目指して 奈須正裕・伏木久始 編著 北大路書房 2023
- ・ 学び方を学ぶ授業 難波駿 著 東洋館出版社 2024
- ・ 体育科教育 第 70 巻第 7 号「主体的に学習に取り組む態度」を高める授業づくりと評価 「関心・意欲・態度」から「主体的に学習に取り組む態度」「個別最適な学び」へ 溝上慎一 著 大修館書店 2022
- ・ 体育科教育 第 70 巻第 9 号「令和の日本型学校教育とこれからのボールゲーム」 個人の成長に視点を当てた球技の授業改善 阿部健作 著 大修館書店 2022
- ・ 体育科教育 第 71 巻第 7 号「子どもたちが『見通し』を立てて学ぶ」 AAR サイクルと体育学習 梅澤秋久 著 大修館書店 2023
- ・ 福岡県体育研究所「令和 4 年度 長期派遣研修員研究報告書」 2022
- ・ 福岡県体育研究所「令和 5 年度 長期派遣研修員研究報告書」 2023
- ・ 福岡県体育研究所「令和 6 年度 長期派遣研修員研究報告書」 2024

## おわりに

福岡県体育研究所に長期派遣研修員として1年間研修の機会をいただき、これまでの自分を見つめ直すとともに、今後の教職生活に直結する学びを得ました。初めての会議の場に目標も定まらぬまま参加し、資料や先生方のお話も十分に理解できず、「1年間やっていけるのか」と不安が大きくなったことを覚えています。研究の進め方も分からず、考えたことを言語化できない自分の未熟さを痛感し、立ち止まる日もありました。

採用されて9年目となり、学年主任や生徒指導主事などの役割を担う中で、生徒・保護者対応や行事の運営等に追われ、保健体育の授業を深く振り返る時間を十分に確保できませんでした。授業づくりの力量を高め、専門性を磨きたい——その思いが研修を志願した原点です。本研修を通して、日常の実践を当たり前として流してしまうのではなく、「なぜその手立てが必要なのか」「生徒のどのような力が育まれているのか」といった視点をもつ姿勢の大切さを学びました。

これまでの私は、規律を整え、全員が同じ方向を向いて取り組むことが授業を良くすると信じていました。しかし、短期研修をはじめとする様々な研修や授業実践に触れる中で、「学びは生徒から始まり生徒に戻る」こと、そして「実態や願いから離れた指導は押しつけになり得る」ことを痛感しました。生徒が何に困り、何を目指し、どのように改善しようとしているのか——その事実をよりどころに授業を構想することこそが、授業者に求められる姿であると気付かされました。教師の指導性・専門性は、知識や技能を一方向的に教え込むためではなく、生徒の学習活動を支える援助としてこそ発揮されるべきであり、そのための研鑽を続けたいと強く思うようになりました。

検証授業では、ねらい・活動・教具の準備に時間をかけ、試行錯誤を重ねました。思うようにいかない場面もありましたが、授業と向き合い続けたことで、生徒の伸びと課題を具体的に捉え直すことができました。授業後の振り返りを通して、生徒が「できた・できない」だけでなく、「なぜできたのか」「どうすればよくなるのか」と考え、次の行動へつなげようとする姿が見られたことは大きな成果です。「体育は得意ではないけれど、授業は楽しかった」という生徒の言葉は、今後の実践への大きな励みとなりました。さらに、校種や立場の異なる先生方と授業づくりについて語り合う機会を得たことで、中学校の現場だけでは見えにくい系統性や視野の広がりを実感し、自身の授業観を更新することができました。また、研究として実践を整理する過程で、授業の成果と課題を言葉で説明し、次の改善につなげる視点を得ることができました。この経験は、今後、授業づくりをリードしていく立場として周囲と学びを共有していくうえでも、大きな財産になると考えています。なお、研修期間中は、西ノ明先生と萱嶋先生の2人の長期派遣研修員に研究のことで相談に乗っていただき、心の支えとなりました。研修仲間でありながら、互いを意識するライバルとして磨き合えたことを誇りに思います。先生方がいなければ、日々の研修に励むことはかなわなかったと思います。ありがとうございました。

研修を終えるにあたり、私にこのような貴重な機会を与えてくださいました福岡県教育委員会、北筑後教育事務所、朝倉市教育委員会に厚く御礼申し上げます。御指導・御助言をいただきました教育庁教育振興部体育スポーツ健康課、義務教育課、福岡県体育研究所の権藤誠治所長をはじめ所員の皆様に深く感謝申し上げます。特に、悩んだ際にも親身に相談に乗り、研究の方向性を共に考えてくださった担当の山口拓郎指導主事をはじめ、指導主事の先生方には心より御礼申し上げます。また、検証授業に御協力いただきました朝倉市立比良松中学校の朝妻浩慶校長先生、山田泰生教頭先生、保健体育科の荒瀬長先生、吉岡海先生、在籍校の先生方、そして2年2組の皆さんに心より御礼申し上げます。

今後は、本研修で得た学びを現場に還元し、授業改善を継続するとともに、生徒が「学び方」を身に付け、自ら伸びていく保健体育の授業づくりに一層努めてまいります。引き続き、御指導、御鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

令和8年2月13日

長期派遣研修員 高倉 悠（朝倉市立比良松中学校）